Отношения
между родителями и детьми

РУКОВОДСТВО ПО ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ

Хишам Аль-Талиб • Абдул-Хамид Абу Сулейман • Омар Аль-Талиб

ОТНОШЕНИЯ МЕЖДУ РОДИТЕЛЯМИ И ДЕТЬМИ

Отношения
между родителями и детьми

Хишам Аль-Талиб
Абдул-Хамид Ахмад Абу Сулейман
Омар Хишам Аль-Талиб

Международный институт исламской мысли

İDRAK

Баку – 2017

© Международный институт исламской мысли.

The International Institute of Islamic Thought
P.O. Box 669, Herndon, va 20172, USA
www.iiit.org

London Office
P.O. Box 126, Richmond, Surrey, tw9 2ud, uk
www.iiituk.com

ISBN 978-9952-854-65-7

Взгляды и мнения, высказанные в данной книге, принадлежат автору и могут не совпадать с позицией издателя. Издатели, писатели, редакторы или лица, которые участвовали в подготовке книги к публикации, не несут никакой юридической ответственности или ответственности за использование, применение, и / или ссылки на мнения, результаты, выводы или рекомендации, приведенные в ней. Издатель не несет ответственности за предоставленную информацию, и любые претензии в отношении ущерба, причиненного в результате использования этой информации, будут отклонены.
Издатель не несет ответственности за использование объектов, таких как изображения, графики или тексты из других электронных или печатных изданий. Несмотря на то, что было приложено максимум усилий, чтобы сделать информацию, представленную в этой книге, насколько возможно полной и точной, издатель не ответственен за правильность предоставленной информации, или за URL-адреса интернет-сайтов, упомянутых в данной публикации, и не гарантирует, что информация на этих веб-сайтах является или останется точной или адекватной.

Перевод: Полина Коротчикова
Редактор: Евгений Кононенко
Верстка: Гасан Гасанов
Дизайн обложки: Ян Абдуллатиф Вайтман
Иллюстрации: Ханна Вайтман

Изображения:
© iStockphoto
© Timstirling | Stock Free Images & Dreamstime Stock Photo
www.morguefile.com/creative/hogg
http://blog.timesunion.com/parenting/11891/mamas-boys-get-second-chance-at-home/
http://www.stockfreeimages.com © Akhilesh | Stock Free Images & Dreamstime Stock Photos
http://www.stockfreeimages.com © Spepple22 | Stock Free Images & Dreamstime Stock Photos
© Mnj7th | Stock Free Images & Dreamstime Stock Photos
© Derocz | Stock Free Images & Dreamstime Stock Photo

Отпечатано в типографии CBS Polygraphic productions

Издание одобрено Государственным Комитетом по работе с религиозными образованиями Азербайджанской Республики (DK-814/Q)

Об авторах

Хишам Яхья Аль-Талиб

Родился в 1940 г. в Мосуле (Ирак). В 1962 г. в Ливерпульском университете получил степень магистра по специальности «электротехника», в 1974 г. – докторскую степень по той же специальности в Университете Пердью (г. Уэст-Лафейетт, Индиана, США).

В ходе повседневной деятельности Аль-Талиб стал активно участвовать в деле распространения Ислама в Северной Америке и продолжает этим заниматься вплоть до настоящего времени. Он стал членом нескольких исламских организаций, в 1975–1977 гг. выполнял обязанности Директора отделения Управления мусульманской студенческой ассоциации США и Канады (MSA), в 1976 г. был избран Генеральным секретарем Международной исламской федерации студенческих организаций (IIFSO). Организовал множество учебных лагерей и семинаров в Америке и за ее пределами.

В 1981 г. стал членом-учредителем Международного Института Исламской Мысли (МИИМ), финансовым директором которого остается по сей день). Автор книги «Mithāq al-Sharaf al Da'away» и популярного «Обучающего руководства для исламских работников», переведенного более чем на 20 языков.

Имеет детей и внуков.

Абдул-Хамид Ахмад Абу Сулейман

Родился в 1936 г. в Мекке, где закончил школу. Степени бакалавра по специальности «торговые отношения» (1959) и магистра политологии (1963) получил в Каирском университете. Степень доктора по специальности «международные отношения» получена в Университете Пенсильвании (1973).

Занимал посты Госсекретаря по стратегическому планированию в Саудовской Аравии (1963–1964), учредителя Ассоциации мусульманских социологов (AMSS) (1972), Генерального секретаря Всемирной ассамблеи мусульманской молодежи (WAMY) (1973–1979), заведующего Отделением политологии Университета короля Сауда (Эр-Рияд, Саудовская Аравия, 1983–1984), ректора Международного Исламского Университета (IIU) в Малайзии (1988–1998). Принимал участие в организации многих международных научных конференций и семинаров. В настоящий момент –президент Международного Института Исламской Мысли.

Автор множества статей и монографий о реформировании мусульманских обществ, в т.ч.: «Исламская теория международных отношений», «Новые направления исламской методологии и мысли», «Кризис мусульманского сознания», «Семейные разногласия», «Возвращение мусульманского духа и человеческого достоинства», «Воскрешение высшего образования в исламском мире», «Коранический взгляд на мир: Трамплин для культурных реформ».

Имеет детей и внуков.

Омар Хишам Аль-Талиб

Родился в 1967 г. в Киркуке (Ирак), в 1968 г. перевезен родителями в США. Закончил Университет Джорджа Мейсона (степени бакалавра экономики и бакалавра социологии, 1989), получил степени магистра (1993) и доктора (2004) социологии в Университете Чикаго. Участвовал в программе Национального Научного фонда по подготовке аспирантов (1989–1992), работал адъюнкт-профессором социологии Колледжа Дэллей (Чикаго, 1998) и Университета Индиана Норсвест (Гэйри, Индиана, 1999)

В 2000–2003 гг. был доцентом социологии и криминологии Ашлендского университета (штат Огайо), в 2005–2006 гг. служил старшим специалистом по инженерии Международной корпорации по внедрению научных достижений в Александрии (штат Вирджиния). В 2009–2011 гг. доцент социологии в Международном Исламском Университете в Малайзии.

Автор статьей на темы семейных отношений, образования, благотворительности, социальной работы, участник ряда научных конференций.

Благодарности:

Великим благословением было решение Совета попечителей Международного Института Исламской мысли возложить на авторов обязанность по написанию этой работы.
Мы приносим свои самые искренние благодарности доктору Ахмаду Тоноджи, д-ру Фатхи Малкави, д-ру Джамалу Баринджи, и д-ру Якубу Мирзе, за то, что они поддерживали порядок в организации, пока мы работали над созданием этой книги.
Мы признательны рецензентам, которые внесли ряд весомых предложений по усовершенствованию текста, особенно хотелось бы отметить имена: Батол Туммах, Зайнаб Алави, Мишель Месуди, Ванда Краус, Майда Малик, Сара Мирза и Джассер Ауда. Также наши благодарности д-ру Икбалу Унусу, Лине Малькави, Зине Аль-Талиб за их ценный вклад.
Акбар Али-Мирза, Ашраф Сабрин, Саиф Аль-Талиб, Ноха Аль-Талиб и Махмуд Шериф напечатали экземпляры первых вариантов этой книги.
Д-р Танвир Мирза и Сальма Ашмави предоставили ряд примеров из реальной жизни, вынесенных из курсов для родителей в Далесском мусульманском обществе (ADAMS) в Херндоне (Вирджиния, США).
Джунейне Абдулле мы благодарны за за помощь в рецензировании ряда видеофрагментов на тему воспитания, Лейле Сейн – за ее проницательные комментарии, Хасану Аль-Талибу – за множество обогащающих ссылок и полезных комментариев о содержании и подаче текста.
Мы счастливы иметь такого сотрудника, как Сальва Медани, которая скрупулезно и ежедневно работала над рукописью.
Большой удачей было присутствие в нашем Лондонском офисе Шираз Кхан, высокопрофессионального редактора, сокровищницы творческих предложений и критических замечаний, а также удивительного источника вдохновения.
Мы в огромном долгу перед д-ром Имад-ад-Дином Ахмадом, президентом организации «Минарет Свободы», за его тщательную редактуру и незаменимые добавления к тексту.
Мы бесконечно благодарны Сильвии Хант за строгую редактуру, Сальме Мирза за огромную корректорскую работу, Абдалатифу Уитмэну за великолепный дизайн и макет. Отдельная благодарность его дочери Ханне за изящные графические иллюстрации. Наша глубочайшая признательность всем сотрудникам лондонского отделения Института Исламской Мысли за качество их работы и контроль над созданием окончательной версии.
Исхак Фархан, Абдул Латиф Арабийат, Махмуд Рашдан, Фатхи Малькави, Абдул Рахман аль-Накиб, полагаясь на свой опыт и знания в образовании и психологии, высказали ценные предложения, которые серьезно повысили качество книги.
Мы благодарны нашим семьям за поддержку и создание комфортной среды во время работы над рукописью. Специальная благодарность д-ру Ильхам Аль-Талиб, верной спутнице д-ра Хишама на протяжении 46 лет, без бесконечного поощрения и самопожертвования которой эта книга никогда бы не увидела свет. Ее проницательные и бесценные замечания о воспитании детей были бесконечным источником вдохновения, без которого работа вряд ли была бы завершена. Масса времени была отнята у семьи в целом, и в особенности у внуков Юсуфа и Амины, 7-ми и 5-ти лет.
Восхваляем Всезнающего и Всемогущего, Который дал нам силы выполнить порученное!

Посвящается

Нашим любимым родителям, которые наполняли любовью, самопожертвованием, состраданием всю нашу жизнь, лелеяли наше взросление и в меру своих сил дали нам лучшее воспитание. Не имея специального образования, они следовали примеру своих родителей, используя мудрость, здравый смысл и проверенный опыт предыдущих поколений и цивилизаций, чтобы научить нас добродетельности, вере и уверенности в себе. Пусть Всевышний благословит их души!

Всем родителям на нашей планете, которые делают все возможное, чтобы вырастить успешных детей, которые, несмотря на лучшие побуждения, все же нуждаются в определенных знаниях и навыках мудрого взаимодействия со своими детьми, чтобы создать счастливую, любящую семью и домашнее окружение, которого мы все так желаем.

Всем семьям, которые стремятся вырастить из детей мужчин и женщин, обладающих высокими моральными качествами, добродетелью, честностью, смелостью, творческой активностью и верой, а также силой разума и независимостью.

Нашим женам и детям, которые за годы, проведенные нами над исследованием и написанием этой книги, вынесли много трудностей, но дарили нам бесконечное терпение и неослабевающую поддержку.

О Милосердный и Единый, прими наши искренние попытки принести в мир гармонию, покой и совершенство!

ОГЛАВЛЕНИЕ

Об авторах v
Благодарности vii
История этой книги xx
Цели и задачи xxii
От авторов xxiv

ЧАСТЬ 1 (Главы 1-7)
Связь между родителями и детьми

Глава 1. Хорошие родители: с чего начать?
Введение 4
Этапы развития ребенка 5
Как мы воспитываем детей: модели воспитания 6
Что может предсказать стиль воспитания? 9
Начало воспитания: обзор задач 10
Обращение к советам экспертов 14
Надо ли «учить воспитанию»? 16
Задания 20

Глава 2. Семейный союз: его важность и функции
Введение 24
Превращение в родителей 24
Размер семьи в США в наше время и раньше 29
Семья с одним родителем 30
Может ли один родитель заменить другого? 35
Советы разведенным родителям 38
Важность семейного союза в Исламе 38
Цели семьи исходя из Корана 41

Семейный союз в США 49
Воспитание детей в Британии и США 58
Свобода или правда? 58
Где воспитывать детей? 62
Две отсутствующие в западной мысли концепции 63
Ценности веры против утилитарных ценностей 64
Задания 67

Глава 3. Хорошее воспитание: постановка правильных целей
Постановка целей: Первый пункт плана воспитания 72
Пристальный взгляд на цели 74
Кофе и семейные приоритеты 78
Заключение 78
Задания 80

Глава 4. Наиболее важная цель: Воспитание детей в любви к Богу
Введение 84
Как привить веру нашим детям 85
Погруженность в себя 86
Недостаток личной ответственности 89
Деформированная культура: отсталость и суеверие 90
Сбалансированный подход 92
Учите детей любви к Корану 93
Учите детей молитвам 95
Учите детей покаянию 96
Учите детей истории Ислама 96
Учите детей манерам 96
Что сказать детям сначала: что они должны любить Бога или что Он любит их? 97
Задания 99

Глава 5. Распространенные проблемы и ошибки

Введение 104

Основные проблемы родителей 104

Уроки воспитания от Моисея 110

Заключение 110

Задания 111

Глава 6. Распространенные заблуждения, подводные камни и мифы, которых стоит избегать

Введение 114

Разоблачение наиболее устойчивых заблуждений 114

Разоблаченные мифы воспитания 117

Задания 120

Глава 7. Когда все идет неправильно

Введение 122

Злость, непослушание, приступы гнева и слезы 123

Запугивание: ваш ребенок и вы 124

Если вашего ребенка травят, что будет следующим? 124

Тинэйджеры: критика понятий юности 125

Злость заразна! 127

Что мы можем сделать для подростков и для себя? 128

Несколько принципов хорошего общения 128

Задания 130

ЧАСТЬ ВТОРАЯ (Главы 8-13)
Развитие детей

Глава 8. Формирование характера не может ждать

Введение 136

Фазы развития 138

Насколько доверять популярной психологии? 138
Этапы становления личности в Коране 140
Стадии взросления 143
Использование фаз развития 155
Практика запоминания на Востоке и на Западе 157
Задания 158

Глава 9. Дорога к здоровью ребенка

Введение 160
Беременность 160
После родов: дебаты вокруг прививок 161
Чистота и гигиена 163
Здоровье: некоторые исламские практики 164
Питание 167
Факты о детях и питании 170
Предписания Корана, связанные с едой 175
Дети и физические упражнения 177
Сон 180
Как предотвратить употребление алкоголя и наркотиков 183
Дети и соблазны 183
Распознание употребления наркотиков на ранней стадии 184
Пагубные привычки против здорового общения 187
Уход за больным: религия как предупреждение 188
Нарушение закона 188
Задания 190

Глава 10. Грудное вскармливание

Введение 194
Кормление грудью по Корану 196
Медицинские и психологические плюсы кормления грудью 197
атистика грудного вскармливания в США и Великобритании 198

Смеси для детского вскармливания, недоедание и болезни 200
Мнение халифа Али и Ибн Хазма о кормлении грудью 201
Продолжительность кормления грудью 201
Полезные советы кормящим матерям 202
Диета кормящей матери: образец 203
Нация, сильная физически 203
Заключение 205
Задания 206

Глава 11. Детский мозг: используйте, или потеряете!
Введение 210
Окно возможностей 210
Развитие нейронов и сеть головного мозга 211
Стресс может сбивать эмоциональный цикл 215
Движение 215
Словарь и запоминание в детстве 216
Как меняется мозг 216
Родители должны разговаривать с детьми позитивно 216
Программа образования для дошкольников в США 217
Что могут сделать родители? 218
Ислам, пение и музыка 219
Живопись и скульптура в Исламе 220
Развитие мозга ходунков 221
Как эмоции перевешивают разумность 223
Задания 224

Глава 12. Мальчики и девочки: разные ли они?
Введение 226
Различия: логика против эмоций 226
Эмоциональная связь 228
Чувства 229

Статус 229
Мимика 230
Стереотипное восприятие мальчиков и девочек 230
Горе 235
Потребность в сексе 235
Мудрость гендерных различий 235
Когда начинается гендерное различие? 234
Воспитание: мудрость пола 237
Почему дисбаланс? 237
Мифы об отцах-сиделках 238
Влияние отсутствия отца на детей 239
Разные потребности мальчиков и девочек 239
Реакция на гендерные различия 242
Пол и темперамент: подмена понятий 242
Девочки и мальчики учатся по-разному 243
Раздельное обучение 245
Воспитание и пол с позиций Ислама 247
Божественный путь – лучший путь 250
Задания 251

Глава 13. Секс и сексуальное воспитание: что говорить детям?
Введение 254
Что такое сексуальное воспитание? 254
Американский опыт 255
Восприятие матерей и дочерей в США 258
Ценности и секс: вчера и сегодня 258
Зачем детям сексуальное воспитание? 260
Чему учить детей? 261
Сексуальное злоупотребление: насколько это серьезно? 262
Авраамические традиции запрещают внебрачную связь и измену 264
Логическое обоснование наказания блуда и измены 265

Болезни, передающиеся половым путем 266
Отношения «мой парень – моя девушка» 267
Дети имеют детей: аборт и усыновление в Исламе 269
Гомосексуальность и родители 272
Сексуальное воспитание в Исламе 275
Долг родителей по отношению к детям 277
Секс и гигиена 278
Подростки и воздержание 279
Исламское решение сексуальной дилеммы: карта превентивных мер 281
Дилемма: система образования против раннего брака 291
Защита детей от сексуального надругательства 293
Учебный план для мусульманского сексуального образования 297
Задания 299

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ (Главы 14-23)
Создание характера и личности

Глава 14. Характер и индивидуальность

Введение 304
Что такое характер? 305
Формирование характера 306
Что такое личность? 308
Задания 309

Глава 15. Воспитываем храбрость

Введение 312
Базовые принципы отваги и страха 313
Понимание развития детских страхов 315
Детей надо учить эмоциональной храбрости 317
Между отвагой и подчинением 317
Давление сверстников 317

Робость или стыдливость? 320
Задания 321

Глава 16. Учим любви

Введение 326
Принципы эмоциональных полномочий 327
Полезные советы для родителей 320
Когда дети говорят: «Я ненавижу тебя!» 331
Первый ребенок 332
Почему родители любят своих детей? 333
Отдавай любовь актерам, а ненависть - плохой игре! 333
Любовь и уверенность в себе 334
Практический путь развития сострадания 334
Способы почувствовать себя любимыми 337
Должны ли родители учить ненависти? 338
Задания 339

Глава 17. Обучение честности и надежности

Введение 342
Доверяйте, но контролируйте! 343
Основные принципы 344
Совмещение характера с мировоззрением 346
Почему дети лгут? Как реагировать на ложь? 347
Пророческий способ искоренять ложь 350
Задания 351

Глава 18. Обучение ответственности

Введение 354
Закладка фундамента 355
Возможности на разных ступенях развития 357
Принципы, которые следует развивать 358
Практические предложения 361

Объедините привилегии и ответственность 362
Задания 365

Глава 19. Обучение независимости

Введение 368
Миф 370
Достоинства возраста 371
Предоставьте ходунку найти собственный путь 372
Отделение: как справиться с излишней зависимостью 372
Подростки – реальность 373
Влияние стиля воспитания: авторитет против силы 375
Навыки для укрепления самостоятельности 377
Подсказки для родителей 381
Советы или самостоятельность? 383
Если родителям не нравятся друзья детей 386
Помогайте принимать решения 386
Шаги к принятию решений 387
Задания 388

Глава 20. Способствование творчеству

Введение 392
Советы для творческого развития 393
Отвергнутые изобретения 395
Подавляя детское творчество 396
Негатив, блокирующий творчество 397
Пути развития творческого начала 398
«Непродуктивные» идеи 401
Что могут сделать родители? 402
Заметка об игрушках 402
Задания 405

Глава 21. Чувство собственного достоинства и избалованность

Введение 410
Как не вырастить избалованных детей 412
Не позволяйте слезам стать оружием 413
Задания 414

Глава 22. Друзья вашего ребенка

Введение 418
Ежедневное давление в школе 420
Выбор друзей 420
Что делать, если друзья ребенка вам не нравятся 421
Почему так сильно притяжение между подростками? 422
Неблагоприятная среда 422
Задания 425

Глава 23. Губительное воздействие телевидения, мобильных телефонов, видео и компьютерных игр

Введение 428
Вопросник для родителей 428
Негативные эффекты телевизора 429
Быстрые факты о ТВ 435
Чужой 436
Семейные альтернативы просмотру телевизора 437
Более серьезные варианты 439
Вред от неконтролируемого Интернета 442
Компьютерные игры 443
Видеоигры и дети 443
Выводы 445
Задания 446
Заключение 450

Приложение 1. Выборочные аяты Корана и хадисы Пророка Мухаммеда о воспитании детей 454
Приложение 2. Список практических заданий 458
Библиография 461

История этой книги

Эта книга написана для всех родителей, кем бы они ни были и где бы ни находились. Ее замысел был частью долгосрочных планов Международного Института Исламской Мысли (МИИМ), направленных на пробуждение мусульманского мира от интеллектуальной стагнации и упадка, в которых тот оказался, и восстановления динамики мышления, которая когда-то характеризовала его великую цивилизацию. В книге акцентируется внимание на возрождении исламского мышления и духа посредством воспитания. Мы не затрагивали причины интеллектуального спада в мусульманском мире, но необходимость и методы реформы исламской мысли – основная тема, развиваемая в публикациях и на конференциях МИИМ.

Очень важно, чтобы родители знали, как правильно воспитывать детей, поскольку психологические основы, жизненные ценности и индивидуальные особенности формируются главным образом в раннем детстве в домашней обстановке. Поэтому мы будем акцентировать внимание прежде всего на том, как именно прививаемые дома культурные, образовательные и социальные навыки закладывают базу для необходимого интеллектуального, психологического и эмоционального становления ребенка. Несмотря на то, что именно семейные отношения являются образцом поведения, влияющим на развитие мышления ребенка, недостаточно просто по инерции отличать плохое от хорошего. Человеческая воля и эмоции должны принимать и хотеть то, что разум считает правильным, и поступать соответственно; здесь родители играют очень важную роль. В школах и учебных заведениях преподают исторические данные, научные факты, обучают физическим и техническим навыкам и предоставляют информацию, но все это должно дополняться повседневной жизнью ребенка дома, в семье: именно там формируются характер, социальные навыки и эмоциональная устойчивость.

Целью этого труда является внесение вклада в развитие и воспитание ребенка родителями, в формирование лидерских качеств и навыков. На эту тему МИИМ было организовано немало конференций и опубликованы важные труды, в том числе «Обучающее руководство для исламских работников» (переведенное более чем на 20 языков), «Руководство для библиотеки мусульманской семьи» («*Dalil Maktabat al-Usrah al-Muslimah*») и «Кризис мусульманского мышления» («*Azmat al-Irādah wa al-Wujdān al-Muslim*»).

Идея написать книгу о взаимоотношениях родителей и детей была предложена во время встречи Совета попечителей МИИМ в августе 1994 г. на острове Тиоман (Малайзия). Она должна была стать третьей из серии книг, опубликованных Институтом на тему развития человека и межличностного общения. Намного раньше, в 1982 г. по заказу МИИМ д-р Исмаил аль-Фаруги написал работу «Единобожие: его значение для мышления и жизни» – учебное пособие для мусульманина по вопросам веры и убеждения. Позже, в 1991 г., МИИМ совместно с Международной Исламской Федерацией студенческих организаций (IIFSO) опубликовал очень полезное «Обучающее руководство для исламских работников» – вторую книгу из серии, направленной на формирование у мусульман эффективных личных, групповых и лидерских навыков.

Признавая важное значение семьи, д-р Абдул-Гамид Абу Сулейман, ректор Международного Исламского Университета Малайзии (1988–1998 гг.), учредил обязательный курс «Семья и родительское воспитание» (по окончании которого выдается диплом) с целью распространения среди студентов идеи о целесообразности и моральной ценности хорошего родительского воспитания, а также обеспечения достаточного

количества педагогов для преподавания аналогичных курсов.

Помимо этого, основатели МИИМ учредили ряд семинаров по обучению навыкам управления, организованных в три этапа.

Этап 1 (1975–1990 гг.) состоял из определения задач, методической подготовки и мобилизации кадров. На этом этапе определялись средства, необходимые для выполнения работ и повышения их эффективности. Этот этап завершился изданием «Обучающего руководства для исламских работников» (1991), второй книги из указанной серии.

Этап 2 (1991–2000 гг.) заключался в составлении лекционных курсов и обучающих программ, реализованных усилиями компетентных преподавателей, в том числе д-ра Омара Кусула в Куала-Лумпур, д-ра Игбала Йунуса в Вашингтоне, д-ра Анаса аль-Шейха Али в Лондоне и д-ра Манзура Алама в Нью-Дели.

Этап 3 должен был акцентировать внимание на родительском воспитании в XXI веке. В то время как предыдущие этапы были ориентированы на активизацию молодежи, становилось все более очевидным, что формирование характера происходит еще в раннем детстве. МИИМ решил подчеркнуть важную роль, которую могут играть родители, используя в здоровой домашней обстановке правильные навыки воспитания благочестивых граждан и будущих лидеров. Именно на этом этапе и встала задача создания данной книги.

Родительское воспитание нельзя недооценивать или относиться к нему пренебрежительно. Оно очень сильно влияет на то, каких детей мы растим, в каком обществе мы живем, и в конечном итоге – какую цивилизацию оставляем будущим поколениям. По существу, именно это и является основной нашей задачей. Мы настоятельно призываем других авторов расширить каждую из тем, затронутых в данной книге, дополнительными исследованиями и учебными материалами. МИИМ уже создал несколько академических групп для дальнейшего изучения этих тем и перевел свои труды на основные языки мира. Эта книга – лишь первый шаг в аргументации практики должного родительского воспитания.

По мнению многих специалистов, «самое большое дело в мире, самая важная задача и самый лучший вклад – это уход за детьми и их воспитание».

Цели и задачи

Эта книга не рассчитана на ученых и специалистов. Она обращена к родителям – как к мусульманам, так и к представителям других вероисповеданий, а также к бабушкам, дедушкам и другим родственникам детей, которые могли бы воспользоваться ее советами. Особое внимание в ней уделяется целям родительского воспитания, указываются проблемы и предлагаются пути их решения, а также описываются методы развития и воспитания людей добродетельных, высоконравственных, которые способны проявлять качества руководителя.

Главные задачи этого труда:

- Подчеркнуть значение правильного воспитания, теоретическую и практическую важность родительской ответственности;
- показать родителям, как приобретать необходимые знания и навыки для осуществления должных методов родительского воспитания с целью вырастить благочестивых граждан с твердым характером и здравыми моральными принципами;
- наконец, помочь родителям в создании счастливой и гармоничной домашней обстановки, где все члены семьи поддерживают друг друга.

В первой части мы предлагаем логическое обоснование правильного родительского воспитания, даем его определение и намечаем способы практической реализации для возрождения мусульманского мира и общества в целом. Мы кратко характеризуем состояние воспитания сегодня, в том числе рассматривая источники информации, доступные для мусульманского мира и промышленно развитых стран мира.

Мы попытались проверить, как вырастить детей со здоровыми моральными принципами, обладающих требуемыми для активных изменений в обществе качествами. Методы и средства, необходимые для этого, отмечены во второй части книги. В центре внимания третьей части оказывается формирование характера ребенка и обсуждается влияние на детей и семейную жизнь телевидения, компьютера и видеоигр, предлагаются альтернативы чрезмерному увлечению ими.

В конце каждой главы мы поместили упражнения для выполнения как родителями, так и детьми. Основной их целью является создание непрерывного диалога между членами семьи, чтобы они могли хорошо узнать друг друга, с пользой проводить время вместе, принимать участие в принятии решений и обмениваться умениями. Это поможет установить в семье динамические связи и доброжелательную обстановку. Очень мало видов деятельности требуют привлечения ресурсов извне, – например, пользование библиотекой, консультации с другими родителями или обращение за профессиональным советом. Мы настоятельно рекомендуем семьям осуществлять эти виды деятельности дома или за общим столом вне дома. Хочется надеяться, что эти коллективные упражнения заполнят пробел в ежедневном родительском воспитании, облегчая обсуждение семейных вопросов, которые часто игнорируются.

Наконец, вслед за этой книгой будут изданы труды по двум темам:

1: (а) роль родителей в образовании, вере и обучении практическим навыкам; (б) счастливые семьи: необходимая почва для формирования потенциальных лидеров.

Идея пункта 1(а) заключается в том, чтобы помочь родителям понять и принять свою роль в формировании представления о вере и лидерских навыков своих детей. В центре внимания п. 1(б) будет создание приятной и комфортабельной семейной обстановки как почвы для воспитания набожных людей, будущих лидеров с чувством гражданской ответственности.

Общение, похвала, критика, проявление гнева, проведенное с семьей время – это практические шаги, необходимые для создания и обеспечения правильной обстановки. Помимо этого, будет наглядно проиллюстрирована мысль о том, что «дети – это хорошие наблюдатели, но плохие аналитики». Родителям будут предложены тесты, чтобы выявить, как ведут себя дети в реальной жизни, в том числе друг с другом, бабушками и дедушками и с другими родственниками, гостями, соседями, с малоимущими, обществом, животными, растениями, окружающей средой и с миром в целом.

2. Для воспитания необходимы образцы для подражания.

Родители должны представлять себе значение их собственного поведения для развития ребенка. Так как дети хорошо умеют подражать, взрослые должны быть лучшими образцами для подражания.

Лучшим примером для подражания является Пророк Мухаммад, сам бывший отцом и дедом, другом детей и превосходным лидером. Действительно, изучая деяния Пророка и используя его поведение как модель для подражания, мы установим стандарт, в соответствии с которым можно применять советы, даваемые в этой книге.

Наконец, если родители сделают все от них зависящее и успешно применят наши предложения, мы надеемся, что положим начало циклу воспитания здоровых и счастливых детей, которые смогут играть активную роль в обществе и которые сами станут примерными родителями.

Если у матерей и отцов когда-нибудь спросят: «Чем из сделанного в жизни вы можете гордиться?», – они смогут уверенно ответить: «Я был отличным родителем». Возможно, это же смогут сказать и счастливые бабушки и дедушки!

От авторов

Люди сотворены по лучшему замыслу и устроены предельно сложно. Процесс воспитания ребенка требует и теоретических, и практических знаний о развитии и взрослых, и детей. Поскольку молодые родители чаще всего имеют очень мало опыта в воспитании, им необходимо учиться взаимодействовать с детьми еще до того, как у них появятся собственные дети.

К сожалению, мы много трудимся, чтобы добиться достатка, иметь хорошие дома, машины и мебель, но отказываемся приложить такие же усилия для воспитания детей, полагая, что все и так как-нибудь получится само собой. Но в воспитании детей не должно быть никаких случайностей, потому ставки в этой «игре» очень высоки.

Родители обычно получают знания путем проб и ошибок и часто реализуют на последующих детях опыт, приобретенный с первенцами. К сожалению, к тому моменту, когда этот бесценный опыт усваивается, первенцы успевают вырасти и возмужать, и вложить в них что-то, исправить понятые ошибки уже невозможно.

Хорошее воспитание нельзя пускать на самотек. Это упорная работа, которая требует постоянного внимания. О воспитании детей следует говорить как о серьезной обязанности, которую мы возлагаем на себя перед собой, своим супругом и всей семьей.

Важный элемент воспитания, на который мы обращаем внимание в книге, – это коммуникация. Эффективное общение с детьми поможет им развиваться в счастливых и ответственных взрослых. Решающим является знание того, как и когда разговаривать с детьми, и, что еще важнее, как слушать их с терпением и пониманием. Несмотря на то, что родители безоговорочно любят своих детей, они должны совершенствовать свои способности общаться с ними и слушать их. Общение зависит от двух собеседников, и его ни в коем случае нельзя останавливать. Задача родителей – развить детский потенциал максимально успешно и без применения силы. Ознакомление с примерами из жизни, опытом других отцов и матерей поможет родителям приобрести новые умения и навыки для разрешения сложных ситуаций.

Родителям также нужно переосмыслить многие практики прошлых лет, потому что старое не всегда хорошо. Меняются времена, возникают новые ситуации, которые требуют новых подходов и иных реакций. Естественно, все родители надеются, что их дети будут лучшими. Мы обратим внимание на некоторые распространенные родительские ошибки и на многие проблемы, с которыми приходится сталкиваться.

Существенное внимание уделено теме развития в детях лидерских качеств. Подчеркнем, что под «лидерскими качествами» мы имеем в виду не амбициозную жажду власти, а моральный стержень, силу духа, чувство собственного достоинства, этические принципы и прочие качества, необходимые, чтобы стать активным членом общества, ощущающим ответственность перед другими.

Для многих подростков дом стал чем-то вроде отеля или ресторана, куда можно прийти пересидеть, переночевать... И для родителей, и для детей очень важно

создать счастливый и мирный домашний мир. Дом – не просто жизненное пространство, это настоящая сцена, на которой члены семьи становятся актерами, а их взаимоотношения – сценарием. Каждый должен учиться «играть» свою «роль». Грустно видеть, что многие родители и дети в наши дни просто не могут найти общий язык и создают дисбаланс. Многие боятся откровенничать или не доверяют друг другу, а некоторые хотят, но просто не знают, как улучшить отношения. Иногда это приводит к прекращению всяких попыток примириться, разочарованию и злобе, эмоциональной изоляции и полному разрыву всяких родственных связей.

Хотя воспитание – это огромная ответственность, нельзя приходить в отчаяние и бросать начатое. Никогда не поздно преодолеть трудности и улучшить взаимоотношения, если перестать корить себя за грубые промахи прошлого. Не имеет смысла повторять: «Если бы только я не делал этого, а сделал то…» Сожалеть и зацикливаться на сценарии «ах если бы» – разрушительная линия, которая приведет только к большему отчаянию. Даже если мы совершали поступки, ранившие наши семьи, надо успокаивать себя тем, что мы наверняка делали это из лучших побуждений. Надо меньше оглядываться и больше смотреть в будущее. Вместо того чтобы заполнять мозг сожалениями о несделанном или сделанном неправильно, следует сконцентрироваться на том, что мы можем сделать прямо сейчас. Мы должны заявить детям о своем стремлении стать лучшими родителями, извлечь уроки из прошлого и рассматривать будущее как шанс для перемен. Возможно, станет легче, если представить прошлое высеченным из мрамора или отлитым из бетона, а будущее – мягкой глиной, готовой к лепке.

Многие родители (и мы, авторы, - не исключение) жалеют, что не проникли в науку воспитания раньше, чем у них появились дети. Если бы они это сделали, то могли бы существенно изменить использованную модель воспитания. Большинство родителей сожалеют, что не уделяли воспитанию детей достаточного времени. Когда смотришь на свою жизнь, то с болью видишь, сколько прекрасных моментов и бесценных взаимообогащающих мгновений мы могли бы разделить с детьми… Мы надеемся, что наши дети смогут простить нас за ошибки, а новые родители смогут их избежать. Мы также молимся, чтобы Всесильный Бог уберег каждого родителя от тяжелых уроков, вынесенных из собственного болезненного опыта!

Мы постарались создать путеводитель, призванный предотвратить многие ошибки, а не исправлять их последствия. Мы вовсе не утверждаем, что можем вылечить такие язвы, как наркотики, алкоголизм, депрессия, преступность или заболевания, передающиеся половым путем. Но мы можем предложить превентивные меры и создать пособие для родителей, которое поможет минимизировать шанс попасть в одну из таких ловушек, т.к. «предупрежден – значит, вооружен».

Настоящее воспитание требует навыков и подготовки, чтобы родители могли гордиться успехами своих детей. К счастью, в наши дни существует множество

методик и достаточно информации о воспитании, куда больше, чем прежде. Хотя и не существует однозначного пути, никогда не поздно стать хорошим родителем, потому что это призвание на всю жизнь: и когда детям 4, и когда им 40…

Вырастить счастливого и гармонично развитого человека – надежда каждого родителя. Эта книга повысит ваши шансы сделать это и наладить полноценные отношения с вашими детьми. Мудрец сказал: «Не твои мечты ведут тебя, а ты направляешь свои мечты». Несмотря на то, что лучший момент для воспитания сегодняшних подростков был 10 лет назад, и сейчас еще не поздно использовать свой шанс. Да благословит Всевышний ваши искренние стремления и усилия!

В своей работе мы использовали множество статистических данных из разных источников. Но эти данные меняются, и не стоит ориентироваться на них как на нечто незыблемое, – это лишь индикатор положения на какой-то момент времени.

Одинаково успешно учесть особенности разных этнических культур в этой книге было физически невозможно, но мы надеемся, что ее переводы на разные языки будут адаптированы учителями и религиозными лидерами для нужд конкретных читателей.

Эта книга – квинтэссенция опыта авторов, приобретенного в мире Ислама и на Западе. Мы постарались синтезировать мудрость Божественного Откровения, пророческих изречений и достижений как исламского наследия, так и западной культуры. Это попытка продемонстрировать, как эти великие наследия дополняют друг друга, когда их интерпретируешь должным образом. Т.о., это наш собственный скромный вклад в сферу отношений родителей и детей.

Коллектив авторов, январь 2013,
Вашингтон, США

Со слезами на глазах мать сказала: «Брат Аль-Талиб, пожалуйста, помоги. Это моя дочь. Я растила ее и давала ей все, о чем она просила. Сейчас ей 19, и прошлой ночью она убежала со своим парнем. Я не знаю, где она».
Я спросил: «Сестра, что ты понимаешь под словами «Я дала ей все»?
Она ответила: «Еду, одежду, игрушки, деньги – все, в чем она нуждалась»!»
Я спросил: «Учила ли ты ее религии, Корану, жизни пророков, истории Ислама?»
Она ответила: «Нет, но я дала ей все!»
Я сказал себе: «Увы! Мы растим детей, не напоминая им о Боге, освобождаем их от серьезных размышлений о морали и все же ожидаем, что они станут добродетельны, Абу Бакр, Умар и Али! Апельсины и яблоки не растут на дубах! Мы опоздали на 19 лет! Не хлебом единым жив человек».
Потребовался год терпения, любви и мудрости, чтобы вернуть девушку и парня, ставшего ее мужем, под благословение Всевышнего и к благочестивой жизни с четырьмя детьми, появившимися в последующие годы их брака.
Если вы действительно хотите отвечать за своих детей, то должны иметь ЛИЧНЫЕ отношения с ними. Дети должны знать, что вы будете рядом с ними, когда бы им ни понадобились. Вкладывать время, деньги и усилия в своих детей – лучшее «капиталовложение» из возможных! Ваш ребенок обращается к вам, громко говорит: «Мама, папа, пожалуйста, “не иди впереди меня – я могу не успеть. Не иди позади меня – я могу завести не туда. Просто иди рядом со мной и будь моим другом”» (Альбер Камю).

Слышите этот зов?

ЧАСТЬ 1

Связь между родителями и детьми

Глава 1. Хорошие родители: с чего начать?
Глава 2. Семейный союз: его важность и функции
Глава 3. Хорошее воспитание: постановка правильных целей
Глава 4. Наиболее важная цель: Воспитание детей в любви к Богу
Глава 5. Распространенные проблемы и ошибки
Глава 6. Распространенные заблуждения, подводные камни и мифы, которых стоит избегать
Глава 7. Когда все идет неправильно

ГЛАВА 1

Хорошие родители: с чего начать?

- Введение
- Этапы развития ребенка
- Как мы воспитываем детей: модели воспитания
- Что может предсказать стиль воспитания?
- Начало воспитания: обзор задач
- Обращение к советам экспертов
- Надо ли «учить воспитанию»?
- Задания

Введение

Счастливая гармоничная семья со спокойной атмосферой, уравновешенными и почтительными детьми, – это не дело случая. Это результат тяжелого труда и попыток развивать хорошие отношения между поколениями. Воспитание – это долгосрочный инвестиционный проект и ключ к успешному эмоциональному, психологическому и физическому развитию детей.

В сущности, хорошее воспитание предлагает теплую, полную любви атмосферу в доме, в которой дети могут расцветать. Такая атмосфера необходима для создания отношений, которые улучшат общение и объединят родителей и детей. Успешное общение предполагает позитивные, а не грубые и оценочные настройки, которые вдохновляют детей двигаться к совершенству.

Мусульманское воспитание переживает сейчас не лучшие времена. Большинство родителей не посещают учебные курсы и страдают от недостатка знаний, опыта и навыков. Они полагаются единственно на инстинкт и здравый смысл, устаревшие практики, наследованные от предков, которые были лишены современной информации или вкладывали в понятие «воспитание» совсем другой смысл. Некоторые родители пытаются реализовать с помощью детей свои собственные амбиции. Есть и образованные, которые слепо воспроизводят западную культурную схему, но из-за недостатка понимания или времени они перекладывают воспитательный процесс на нянек, школу, родственников, телевизор и компьютерные игры.

Наша задача – помочь исправить сделанные ошибки и снизить и риск еще не сделанных.

К сожалению, появление детей сейчас воспринимается как нечто само собой разумеющееся, и мало кто задумывается, какие огромные последствия это влечет. Кто из родителей серьезно размышлял о величии задачи, которая на нас возложена? А ведь воспитание требует навыков, стратегии и планирования.

ПОДУМАЙТЕ НАД СЛЕДУЮЩИМИ ВОПРОСАМИ:

Какая специальность требует знания менеджмента, психологии, социологии, антропологии, сестринского дела, кулинарного искусства и коммуникации?

Какая работа не требует специального образования, сертификата или лицензии?

Какая работа наиболее непонятная и игнорируемая?

Какая работа выдерживает столько оскорблений?

Какая работа влияет на жизни людей даже спустя десятилетия после ее выполнения?

Ответ на все эти вопросы один: **воспитание детей.**

А ведь никому не придет в голову взять на работу механиков, сантехников, электриков или докторов, не обладающих необходимой квалификацией; но большинство родителей становятся таковыми без всякой подготовки. Мы лет 16 учимся, чтобы получить профессию, но при этом легко становимся родителями, порой даже в под-

ростковом возрасте, не имея представления о грандиозности задачи. Мы прекрасно знаем, что нужны специальные документы, подтверждающие право управлять автомашиной, охотиться на оленей или пилотировать самолет, но не чувствуем необходимости тренироваться, прежде чем стать родителями.

Так что же делает большинство из нас, когда растит детей? Несмотря на многочисленные доступные теории воспитания и хорошие советы, их чаще всего игнорируют, и родители беспечно полагаются на то, что все разрешится само собой. Они, конечно, могут прилагать некоторые усилия, даже посещать собрания Ассоциации родителей и учителей (PTA) в школе, беспокоиться об отметках, посещать семейные пикники, совершать прочие сомнительные попытки, создающие видимость выполнения своих обязанностей. Но ничего больше они делать не пытаются.

Хотя универсальных моделей, реализация которых дала бы мгновенные плоды, не существует, тем не менее есть алгоритмы, выполнение которых помогает достичь цели. Уже в процессе движения мы поймем, что дорога воспитания всегда в процессе строительства, и мы не сможем ускорить процесс, хотя можем ее усовершенствовать. Не ищите универсальных решений в деле воспитания, их не существует.

«Перед тем как завести семью, я имел 6 теорий о воспитании детей. Теперь у меня 6 детей, и ни одной теории».

Джон Вильмонт, граф Рочестер (Браун, 1994)

Этапы развития ребенка

Давайте начнем с понимания того, что дети проходят разные этапы своего развития. Родителям стоит познакомиться с ними, т.к. на каждом этапе требования к родителям меняются. Этапы развития ребенка можно разделить на следующие ступени: младенцы (0-12 мес.), ходунки (1-3), дошкольники (3-5), начальная школа (5-12), тинэйджеры (12-18), молодые люди (18-21). На каждом этапе дети требуют от родителей разных физических, эмоциональных, социальных и психологических ресурсов.

Ребенок проходит путь от полной зависимости до полной независимости. И родителям, и детям необходимо преодолеть этот путь успешно. Конфликтологи отмечают, что родители и дети сражаются за власть и ресурсы: каждый желает контролировать другого, и чаще всего они по-разному понимают, куда каждый из ресурсов (деньги, пространство и время) следует приложить. Когда дети начинают превращаться в совершеннолетних, родителям следует переключить свою энергию с них на свои собственные жизни. Потом равновесие восстанавливается – родители стареют и часто начинают зависеть от своих детей. Независимость превращается во взаимозависимость, где всегда есть место взаимным советам, консультациям, заботе друг о друге.

Как мы воспитываем детей: модели воспитания

Хотя существует как правило 4 признанных стиля воспитания детей, которые применяют родители, в реальности, конечно, практика воспитания детей не всегда подпадает только под одну категорию, многие используют два и более стилей, но все же существует один общий преобладающий метод воспитания.

1. Авторитарный/диктаторский: Родители требуют послушания и сурово карают за непокорность. Ребенок никак не участвует или участвует мало, и от него ожидают следования родительским правилам и требованиям без вопросов. Открытое общение и переговоры в таком эмоционально стерильном климате, как правило, не существуют. Излишнее значение придается послушанию и уважение к власти. Другими словами, родители жестко требуют, но им не хватает отзывчивости.

2. Авторитетные: Родители придерживаются теплого и внимательного общения с ребёнком, но сохраняют твердые ожидания и границы, в то же время с ребенка не снимается ответственность за его/ее действия, но без страха жесткого наказания. Родители требовательные, но и отзывчивые при общении с ребенком. Они следят за исполнением правил, но стимулируют и развитие самостоятельности. Родители готовы выслушивать вопросы. «Баумринд считает, что такие родители «отслеживают и внушают четкие стандарты поведения своим детям, Они настойчивы, но ненавязчивы, и не ограничивают чрезмерно. Их дисциплинарные методы поддерживают, а не карают. Они хотят, чтобы их дети были настойчивыми, а также социально ответственными, умели слаДить с собой и работать в команде» (Baumrind 1991, цит. в Cherry 2015)

3. Либеральные: Родители позволяют ребенку делать все, что нравится ему/ей, не устанавливая никаких границ. Они верят, что дети могут принимать решения без родительского руководства. В этом случае мало конфликтов, потому что либеральные родители ориентируются на желания детей и не спорят. Родители используют удовольствия, чтобы добиться дисциплины и успеваемости в школе. В результате их излишней отзывчивости и зависимости, в сочетании с низкими ожиданиями, родители не только не имеют контроля над детьми, но и ими легко манипулировать. Никто ни за что не отвечает по-настоящему. Либеральное воспитание – это чрезвычайно расслабленный подход, в котором родители как правило теплые, ласковые.

4. Невовлечённые: Или «небрежные» родители, стиль воспитания, в котором родители полностью оторваны от жизни ребенка, обеспечивая его самые минимальные потребности – пищи и крова, и оставляют ребенка разбираться один на один с собой. Они не требовательны, не отзывчивы, эмоционально невовлечены в жизнь ребенка, с небольшим выражением любви и привязанности. Причиной может быть чрезмерная погружённость родителей в работу, слишком много эгоцентризма и игнорирования ребенка, или даже наркотическая и алкогольная зависимость, что мешает им подходить ответственно к воспитанию ребёнка. Такие дети растут эмоционально травмированными и могут быть вовлечены в преступную жизнь (Walton, 2012)

Несколько слов об авторитарном воспитании: культура насилия и страха

Среди родителей-мусульман (и не только) укрепилось мнение, что именно авторитарный стиль эффективен при непослушании детей. Однако эта модель направлена на предотвращение негатива, а не на поощрение правильного поведения и раскрытие позитивных устремлений. Постоянный жесткий родительский контроль и страх перед наказанием нарушают гармонию семейных отношений и приводят к тому, что дети не могут приспособиться к окружающей обстановке. Это имеет определенные последствия для общества в целом, и поэтому мы уделим этой модели отношений особое внимание.

Распространенная манера поведения мусульманских родителей базируется на жестких правилах, давлении и доминировании, недостатке диалога, участия и общения. Семена авторитарного поведения закладываются в младенчестве, а потом выносятся за пределы дома, наводняют школы, социальные институты, а в итоге – государство и политические системы.

Внутри семьи отец как более сильный явно доминирует над детьми, старшие братья – над младшими, мальчики – над девочками. Мужчины чувствуют себя «главными», и вся атмосфера далека от понятий сотрудничества и ответственности. А ведь Пророк настаивал на концепции пастората (произв. от лат. «[духовный] пастырь») и говорил:

> «Вы все пастыри и ответственны за свою паству» (Аль-Бухари).

Привычная практика заключается в том, что родители раздают детям указания и инструкции – своего рода перечни того, что можно и нельзя делать, без каких-либо пояснений. Если ребенок просит объяснений, то, как правило, слышит в ответ: «Делай, как тебе сказали!», «Так надо!», «Хватить пререкаться!» Часто любознательных детей ругают за то, что, интересуясь причиной того или иного запрета, они якобы проявляют неуважение, невежливость и своенравие. Чтобы дети перестали задавать вопросы, родители придумывают какие угодно ответы, не желая признавать, что попросту не знают ответа или не могут его объяснить.

Это вовсе не значит, что такие родители не заботятся о своих детях; напротив, они их любят и по-своему заботятся о своих семьях. Тем не менее, попытка быть строгим и контролировать абсолютно все имеет результатом семейную деспотию. А властное поведение – не то же самое, что воспитание, хотя их часто отождествляют. Деспотическое поведение не даст результатов с эмоционально и психологически здоровыми детьми. Чтобы вырастить сильного ребенка, родителям необходимо привлекать его к обсуждениям. Коран говорит:

…совещаются между собой о делах (42:38).

По милости Аллаха ты был мягок по отношению к ним. А ведь если бы ты был грубым и жестокосердным, то они непременно покинули бы тебя. Извини же их, попроси для них прощения и советуйся с ними о делах. Когда же ты примешь решение, то уповай на Аллаха, ведь Аллах любит уповающих (3:159).

Хотя путь принуждения может приносить плоды и ребенок будет выказывать мнимое уважение родителям, это будет ложное уважение, основанное на страхе, а не на уверенности и любви. К разговору о страхе, заученном и инстинктивном, мы вернемся в 15-й главе. Этот авторитарный метод пробрался и в образовательную систему, где дети слушаются учителей из страха перед выговором и/или наказанием, а не из-за желания учиться. В результате дети не учатся как следует. Авторитарный путь усиливается самой образовательной программой некоторых стран, где обучение основано на запоминании и зазубривании, а не понимании и совместной работе. Родителям и школам, которые ведут такую линию, нечем гордиться. Все, чего они добились, – так это внесли вклад в «конвейерное производство» индивидуумов, чье социальное поведение соответствует нормам деспотических институтов. Это рабское поведение можно наблюдать в администрации правительства, политических партиях, общественных движениях, полицейских департаментах, национальной армии, в корпорациях и на производстве. Тем редким исключениям, которые избежали унификации подобной образовательной системы и не поддались общественной тирании, места нет: они или притворяются и ведут себя как все, или становятся неудачниками, изгоями в этой дефектной системе, страдают и отчаиваются.

В мусульманском сознании, а также психологическом и эмоциональном воспитании детей намечается кризис. Отсутствие последовательного подхода, фрагментация знаний ответственны за искажение мусульманской культуры и мысли. Недостаток внимания к воспитанию детей приводит к их эмоциональным и психологическим проблемам. Современный подход многих мусульманских родителей игнорирует дух Корана и понятия *ʿimrān* (создание и развитие цивилизации), *itqān* (совершенствование), *tafakkur* (изучение); скорее, он буквальный, рабский и подражательный. Вместо

того чтобы быть учеными, объективными и методичными, мусульмане лишь суеверны: они переполнены представлениями о джинах и волшебстве, забывая о плодах научного знания.

Считается, что вся ответственность за интеллектуальную стагнацию и кризис сознания, который практически парализовал умму, ложится на мыслителей и работников образования. Однако, не снимая с интеллигенции ее доли ответственности, за решением многих проблем следует обращаться к родителям. Однажды убежденные, они, безусловно, постараются вырастить здоровых, свободных, уравновешенных детей, способных взять на себя роль лидеров и принести в общество позитивные изменения, чтобы окончательно вылечить паралич уммы.

Плачевное состояние современного воспитания можно охарактеризовать так:

- зашкаливающая неграмотность родителей, препятствующая поиску знаний и обучению;
- культура страха, которая порождает рабское мышление в противовес творческой активности и инициативности;
- слепая покорность другим без попыток критического анализа;
- авторитарность и подавление, переносимые из дома в публичное пространство.

Та или иная принятая модель воспитания может создать или разрушить семью, общество и культуру. Здание цивилизации никогда не строится за один день, и строительство его не заканчивается. Цивилизация продолжает расти, улучшаться и развиваться. Она – результат непрерывного изучения мира, открытий и совершенствования (*ihsān*). Мы призываем родителей подумать о масштабе этой картины и о влиянии воспитательных практик на общество в целом.

Когда дети растут в атмосфере страха и угнетения, они начинают бояться рисковать и принимать решения. Заканчивается это отсутствием чувства ответственности. Боящиеся дети потакают своим слабостям и стараются не участвовать в общественной жизни; они постоянно сдерживаются, вместо того чтобы вмешаться в деятельность политическую лидеров, что и приводит к установлению авторитарных режимов и диктатуры. Выращенные так дети будут потакать коррупции и уклоняться от выполнения своих обязательств перед обществом. Потерян командный дух, необходимый для построения здорового общества. Застывшая и живущая прошлым культура суеверий и предрассудков закладывает в юные умы представление о ненужности науки и технологий.

Золотой век исламской цивилизации был возможен только благодаря осознанию важности необходимой подготовки следующих поколений. Естественно, ответ на вопрос: « Как столь великая цивилизация скатилась в такую бездну?», – лежит на поверхности: все зависит от воспитания детей, начиная с рождения. Внимание к этому фактору стало ключевым звеном в многочисленных в мусульманской истории реформаторских попытках.

Есть ли связь между тем, как мы контактируем со своими родителями, и воспитанием собственных детей? Родители, которые плохо обращаются со своими детьми, признают, что и с ними поступали так же. Может ли позитивный детский опыт стать залогом чуткого, стимулирующего воспитания человеком его собственных детей?

Что может предсказать стиль воспитания?

На самом деле то, как воспитывались родители, имеет колоссальное влияние на метод, выбранный ими для воспитания собственных детей. Люди, которые испытали на себе тепло, понимание, чуткость родителей, передают все это и своим детям. Поддерживающее воспитание ассоциируется с улучшенным познавательным развитием после 3 лет (Baumrind, 2008).

Отцы склонны вести себя с детьми по-другому. Хотя большинство отцов и матерей мало отличаются в проявлении чувства ответственности, привязанности, поощрениях, в своей отзывчивости, отцы более вовлечены в физические игры, чем матери. Одновременно оба родителя больше играют в подвижные игры с мальчиками, чем с девочками. Уровень образования отцов и матерей тоже отражается на успехах их детей в учебе. Интересно, что чем более образован отец, тем более отзывчива мать (Ricks, 1985).

Но есть и другой вариант – не подражания своим родителям, а противопоставления тому, как воспитывали нас. Половина дедушек считают, что их внуков воспитывают иначе, чем они сами воспитывали своих детей. Половина из них уверены, что их отпрыски более мягки и терпимы к их внукам, чем были они сами по отношению к детям. Чуть меньше половины считают, что их внуки имеют меньше обязанностей по дому, чем они возлагали в свое время на их родителей, но имеют куда больше возможностей, чем они в прошлом могли дать (Zogby International, 2006).

Вне зависимости от собственного опыта, семейных традиций, дохода, образования здоровые родители осознают, что появление детей дает им возможность переосмыслить свое детство, повторить или же усовершенствовать модель воспитания собственных родителей.

В конечном счете вне зависимости от того, сколько делают родители, их дети являются независимыми индивидами, лично ответственными за свои поступки. Все, что родители могут предложить, – поддержка и помощь. В один прекрасный день они смогут гордо произнести: «Мы были хорошими родителями».

Начало воспитания: обзор задач

Хорошее воспитание начинается еще до зачатия. До свадьбы человек определяет требуемые качества подходящего спутника жизни. В период беременности женщина должна следить за своим здоровьем и питанием, беречь себя, а будущий отец должен заботиться о ней как можно лучше, взять на себя большую часть ее обязанностей, разрешать ей как можно больше отдыхать. Это подходящий момент для продумывания будущих задач и приобретения необходимых умений ухода за ребенком и знаний для его правильного воспитания. Осознание сложностей и проблем может быть полезным для оценки трудностей, с которыми наверняка придется столкнуться. Если будущие родители решат, что воспитание – дело простое, то могут не задумываться о подготовке к нему; если они будут думать, что это слишком сложно, то могут впасть в уныние и вообще не захотеть иметь детей.

Несмотря на то, что воспитание детей – один из наиболее ценных, приятных и стимулирующих опытов в жизни, он одновременно и наиболее ответственный и затратный. Наша жизнь – серия испытаний, и вырастить ребенка – одно из наиболее напряженных. Романтические представления стоит заменить реальными фактами. Хорошее воспитание – это непросто, и оно невозможно без ошибок. Дети будут испытывать терпение и выносливость родителей и занимать их мысли и сердца, даже на расстоянии. С появлением детей жизнь кардинально меняется.

Все дети обладают своими талантами и потенциалом, так же как и все родители. Воспитание и забота о детях не должны быть неподъемным грузом для одного человека. Многие родители имеют поддержку в лице учителей, нянь, родственников, религиозных деятелей и друзей.

Когда вопрос о появлении детей решен, стоит приступить к продумыванию стратегии их развития. Это поможет сохранять в уме широкую картину происходящего и не засорять сознание множеством лишних «можно» и «нельзя».

Воспринимайте воспитание с легким сердцем. Скажите себе, что все мы можем совершать глупости и ошибки.

Начните с осознания восьми директив, которые помогут поддерживать ваш дом и вашу семейную жизнь в гармонии:

1. Поймите, что развитие ребенка – сложный и долгий процесс.
Воспитывать детей хорошими, активными гражданами и потенциальными лидерами – задача, требующая ежедневной работы в течение многих лет. Любовь может пройти, дружба – разрушиться, но связь «дети–родители» куда сильнее и крепче; она способна выдержать ужаснейшие из бурь.

2. Ставьте правильные цели и упорно стремитесь к совершенствованию.
Намеченные цели помогают избежать ошибок и определять действия. Они поясняют, куда мы хотим попасть и как туда добраться (ниже мы предложим график родительских задач). Без такой «дорожной карты» родители по незнанию могут ошибаться, т.к. им не с чем будет сверяться. Это не значит, что ошибок не будет совсем, – они будут! Суть в том, чтобы распознавать ошибки и учиться на них, приобретая опыт. То же относится и детям: даем ли мы им ясные инструкции? Объясняем ли мы им, как жить в гармонии с нами? Научили ли мы их определенным навыкам, чтобы оправдать наши ожидания?

3. Применяйте на практике принципы, с которыми познакомились, и делитесь опытом с другими родителями
Если изучать и обсуждать литературу о воспитании, можно найти много путеводных подсказок. Родители часто соглашаются с педагогическими теориями в основных пунктах, но не в состоянии применить их положения на практике из-за ежедневных дел или недостатка навыков. Но когда они делятся своим опытом, это может помочь обеим сторонам достичь лучших результатов. Неважно, состоите ли вы в браке, сидите дома или работаете, воспитание остается слишком важной работой, чтобы делать ее в одиночестве.

4. Будьте хорошим примером для подражания и учите детей уверенности в себе.
Одна из самых важных вещей, которым могут научить родители своих детей, – как справляться, когда их не будет рядом. Именно дома ребенок учится достоинству, смелости, самодисциплине, любви, состраданию, коммуникабельности и ответственности. Но одних уроков не достаточно, чтобы вложить в детские головы и сердца необходимые навыки и вырастить из них прекрасных мужчин и женщин. Один родительский пример лучше, чем множество лекций.

5. Учите детей отличать правильное от неверного.
Когда родители слышат о плохом поведении других детей, они часто говорят: «Мой ребенок не может сделать такого. Он другой». Неверно считать, что наш ребенок защищен от дурных поступков и сам встанет на путь успеха. На самом деле ребенок может поступать прямо противоположно нашим ожиданиям, и это не удивительно, – ведь наши дети ничем не отличаются от тысяч других детей, которые растут и развиваются вокруг нас. Мы все потомки Адама и

Евы и несем их гены, мы все способны отличать дурное от хорошего и действовать соответственно этим внутренним знаниям. Сталкиваясь с одинаковыми проблемами, живя в одном мире, все мы совершаем ошибки с той лишь разницей, что кто-то делает их больше, кто-то меньше, и одни раскаиваются и исправляются, другие же – нет. Хотя все мы – индивидуальности, мы сталкиваемся с одинаковыми проблемами. Вряд ли можно найти событие, которое не случалось бы с кем-то когда-то.

6. Трудитесь, чтобы развиваться, и прививайте ребенку ключевые черты характера.
Если мыслить масштабно, то создание по-настоящему гуманистической цивилизации возможно только с установлением надежных институтов. Они должны состоять из индивидуумов, обладающих сильным и независимым характером, честностью, скромностью и любовью к другим, избавленных от эгоизма, похоти и коррупции. Хороший характер редко получается сам по себе; это результат счастливой семьи, стабильного окружения и любящих родителей.

7. Развивайте искусство диалога.
Разговаривайте! Обсуждайте со своим ребенком всегда и все, что вы делали в течение дня, чем для вас важны эти дела и что ребенок думает по поводу каждой мелочи. Для ребенка важно увидеть, как вы высказываете свои мысли. Поставьте такое общение в ряд своих приоритетов и старайтесь понять ребенка. Помимо развития взаимоотношений, подобный разговор необходим для постановки языковых навыков и правильной артикуляции. Недостаток общения приведет к «мертвому» интеллекту и пассивности. Чтобы «занять» ребенка, не ищите спасения в телевидении, Интернете и/или компьютерных играх. Мы посвятили отдельную главу негативным последствиям постоянного сидения у телевизора.

Общение предполагает и серьезные дискуссии, и шуточные перепалки. Родителям стоит почаще шутить и дурачиться со своими детьми, т.к. юмор сплачивает отношения и прогоняет скуку. Взрослые зачастую излишне серьезны и уделяют так много внимания воспитанию детей, что забывают наслаждаться общением с ними. Дети живут в своем мире, полном счастья и игр. Так грустно видеть мрачных, скучных родителей, которые предпочитают просиживание у телевизора прогулкам с детьми, смеху и веселью! Жизнь полна тревог и волнений, а дети могут помочь справиться со стрессом, забрав родителей в свой детский мир, пусть и ненадолго.
Некоторые взрослые считают, что, играя с детьми, проявляют слабость и демонстрируют неспособность серьезно смотреть на жизнь. На самом деле когда вы смеетесь вместе с детьми, они перестают вас бояться, чувствуют уверенность, внутренние преграды разрушаются и вас объединяет любовь. В такой ситуации ребенок расслабляется и может открыто выражать себя. Смех и шутки – необходимые составляющие полноценного общения.

8. Наслаждайтесь процессом воспитания!
Иногда родители настолько зациклены на идеальном воспитании, что не дают себе возможности расслабиться и получить удовольствие от процесса. Хорошее воспитание – великая задача, но сам процесс настолько же важен, как и достижение результатов.

Свободное время и АКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ с детьми.

Родители часто утверждают, что проводят много времени со своими детьми. На деле это «со» скорее означает «где-то рядом», «по соседству». Действительно, взрослые и дети могут находиться в одной комнате, но смотреть телевизор, читать, разговаривать по телефону, писать электронные письма или общаться с гостями… А необходимо активно проводить время с детьми. Вы можете вместе читать, заниматься спортом, собирать пазлы, готовить еду и обедать, обсуждать проблемы и смеяться, ходить за покупками, строить замки из кубиков и мыть посуду: другими словами, не просто находиться рядом, на деле же оставляя ребенка наедине с самим собой, но быть активным соучастником и партнером в его занятиях.
Это будет прекрасное время, большая часть которого будет проведена С ребенком. Никакие няни и бабушки не заменят общения с родителями, с обоими родителями!

Гасан Аль-Талиб

Обращение к советам экспертов

Мусульманские источники против западных

На Западе родители не испытывают недостатка в информации о педагогике – к их услугам множество книг, специальные подборки в библиотеках, специализированные интернет-ресурсы, которые помогают сделать воспитательный процесс более эффективным.

Но много ли найдется источников именно по мусульманской педагогике? Лишь некоторые книги пытаются отвечать на вопрос – как вложить в детей правильные ценности и черты характера? Родители испытывают трудности и при использовании старых изданий – в них описаны другие времена и проблемы, нет ясной классификации тем, привычных индексов и полезных ссылок. Информация для родителей рассыпана по огромному количеству непрофильной литературы: книгам по юриспруденции, комментариям к Корану (*tafsīr*), историческим сочинениям, суфийской поэзии и сборникам проповедей.

Мусульманская Студенческая Ассоциация США и Канады (MSA) опубликовала первую иллюстрированную книгу для детей в 1973 г. В те времена подобные книги были запрещены, и мусульмане, оказавшиеся на Западе, испытывали недостаток литературы для детей.

Д-р Манзир Ахсан, директор Исламского Фонда в городе Лестер (Англия), отмечает, что, хотя мусульманские сообщества имели возможность основывать институты, закладывать мечети и школы, они не могли «выпускать на английском языке достойную литературу для молодого поколения, которая отвечала бы требованиям образовательного процесса» (D'Oyen,1996).

Имеющейся литературы явно не достаточно. В исламской библиотеке – дефицит книг о воспитании детей. Большинство работ посвящены образованию взрослых, но не развитию детей и психологии подростков. Большая часть книг написана юристами и посвящена формальным аспектам брака, правам и обязанностям супругов и детей, техническим особенностям развода и наследования. Книги о семье, человеческих отношениях, особенно рассматривающие социальные, психологические, эволюционные аспекты, остро необходимы.

Когда родители ищут совета в семейных вопросах, они натыкаются только на труды по мусульманскому праву (*fiqhī*). Более того, мусульманские книги по истории, входящие в арабском мире в программу старшей школы, специально игнорируют человеческие взаимоотношения и личное общение, концентрируя внимание на политической ситуации и регулировании мира и войны между нациями. Слишком мало внимания уделено человеческой любви, вниманию и уважению к детям, даже на примере Пророка Мухаммеда. Пророк не имел возможности вырастить собственных сыновей, но он вырастил дочерей (Фатиму, Зайнаб, Рукийю, Умм-Кульсум) и активно участвовал в воспитании собственных внуков и детей своих родственников и своей общины. Он воспитывал своего двоюродного брата Али ибн Абу Талиба и приемного сына Зей-

да ибн Харису. Удивительно, как много внимания Пророк уделял детям, даря им заботу, доброту и уважение, будучи при этом постоянно занят созданием нового общества и государства, которое подвергалось нападениям врагов.

Одна из причин столь малого внимания к вопросам воспитанию детей заключается в том, что это занятие традиционно считалось уделом женщин. При этом даже разработки группы мусульманских женщин, известных в исламской литературе как Матери Верующих, принимаются во внимание недостаточно. Конечно, многое из нашего наследия утеряно или потеряло ценность. Мы должны вдохновлять ученых на новые исследования, – например, как жены и сподвижницы Пророка воспитывали своих детей. Это поможет оценить важность роли женщины в социальном развитии и пополнить библиотеку Ислама «женскими» исследованиями. Более того, такая литература должна включить в себя биографии женщин, которые смогли вырастить известных в истории лидеров как мужского, так и женского пола. Если этого не сделать, слова «Рай находится у ног матерей» останутся пустословием.

Сегодня же приоритет отдается не практическим советам, а общим фразам о необходимости воспитания детей. Недостаточное внимание уделяется анализу проблем взросления и развития, что создает сложности в применении этих принципов родителями. Практические техники, полезные навыки и примеры из реальной жизни – вот что необходимо.

Отвлекающим фактором стала также колонизация мусульманских земель, в течение которой внимание арабских мыслителей было сосредоточено на задаче освобождения, а образование и совершенствование (*tarbiyah)* отошли на второй план. В тройке приоритетных тем были социальные изменения, хорошее управление и экономическое развитие, а работы по воспитанию много лет оставались невостребованными.

Правда, вопросы семейной жизни были затронуты мусульманскими реформаторами из тунисского Кайруана – Ибн Сахнуном, Ибн аль-Джаззаром и Али аль-Хабси, но эти теоретики, также как аль-Газали, аль-Маварди, и аль-Ашбихи уделяли больше внимания кормлению грудью, наказанию и дисциплине, а также финансированию школ. Их мало интересовали детская психология, процессы взросления, образования, воспитания. Это может отчасти объяснить, почему великое реформаторское движение, несмотря на гениальность, великие и искренние усилия его лидеров, не смогло возродить мусульманскую цивилизацию. Чтобы создать процветающее общество, мы должны иметь исчерпывающие знания о развитии детей и формировании характера. Мы также нуждаемся в здоровом образовании, сильной вере и необходимых навыках.

В 2002 г. профессор Мумтаз Анвар из Кувейтского Университета был делегирован МИИМ для исследования наличия доступной мусульманам литературы о воспитании. В отчетном докладе он отметил как недостаток хороших книг, так и низкий уровень грамотности во

многих частях мусульманского мира, особенно среди женщин. Большинство родителей-мусульман предпочитают руководствоваться исключительно собственными представлениями, чего для успешного воспитания явно мало. Даже образованные мусульманские родители ощущают недостаток качественной литературы и тренингов. Совершенно ясно, что назрела острая необходимость в создании высококачественной педагогической литературы, нацеленной на формирование характера, ценностей и добродетелей, которая учитывала бы современные проблемы мусульманских общин, в т.ч. на местном уровне.

«Качества некоторых Пророков..» (найденные в Коране)

تعابير قرآنية

صدّيقاً

رؤوف رحيم

حُكماً وعلماً

زاده بسطة في العلم والجسم

القوي الأمين

حفيظ عليم

Надо ли «учить воспитанию»?

Если мы считаем, что воспитание – ответственная задача, почему же в школах нет специальных курсов? Семь из десяти человек считают, что воспитание – это что-то, чему мы должны учиться отдельно.

(Longfield and Fitzpatrcik, 1999)

После Второй мировой войны мир изменился. Раньше поколения одной семьи предпочитали жить по соседству, в одном городе или деревне. Бабушки, дедушки тети, дяди и другие родственники имели возможность давать молодым советы по воспита-

нию детей. Сейчас семейная жизнь становится все более сложной, - больше одиноких родителей, разводов, работающих матерей.

Т.к. традиция передачи навыков воспитания «из рук в руки» прервана, мы должны заполнить вакансию «учителя воспитания», образовавшуюся в связи с уменьшением семейного круга. Должны ли мы переложить эту функцию на школы? Кроме того, воспитание второго ребенка обычно облегчается опытом, приобретенным с первым. Так почему бы не вооружиться этим опытом?

Хотя создание школьных курсов будущих родителей – дело оправданное, на деле оно оказывается непростым. Во-первых, нужно четко понимать цели, которым они должны содействовать. Во-вторых, приходится сталкиваться с проблемой подбора преподавательских кадров для таких курсов. Семейная жизнь – это не только наука, это еще и чувства, отношения, интимность. Те, кто выступают против обучения воспитанию в старшей школе, настаивают, что воспитание не должно быть частью государственной программы, опирающейся на сухие цифры.

Образовательные институты и политики должны избегать попыток вторгнуться в частную жизнь. Профессиональная помощь в образовании полезна, но родителям не следует перекладывать свои функции на учителей и педагогов. Каждая семья уникальна, и родителям следует полагаться в первую очередь на свою мудрость, интуицию и личные суждения. Обучение на собственных ошибках может быть очень полезным, и надо сохранять автономность семьи. Учителя, которые успешно обучают теории, могут быть не столь успешны в ведении курсов воспитания.

> Всю свою профессиональную жизнь я избегаю давать советы. Имея лучшие намерения, доктора должны стараться удерживать тонкую грань между матерями и младенцами, родителями и детьми.
>
> физиотерапевт Дональд Винникот [Winnikot, 1992]

Более того, становясь наставниками в воспитании, мы должны тщательно избегать неоправданных вторжений в семейную жизнь так же, как и авторитарности. Это может подорвать уверенность и ответственность родителей. Неопытным учителям лучше не пытаться стать арбитрами и помощниками в разрешении семейных конфликтов.

Но, несмотря на сказанное, в правильно организованных курсах есть и плюсы. Мы можем продемонстрировать на них необходимость ответственности, – эмоциональной и финансовой, – которую должны брать на себя молодые люди, решившие создать семью. Примеры подобных воспитательных курсов взяты из опыта Англии, но они появляются и в мусульманском мире. Например, в 1998 г. Международный Исламский Университет Малайзии предложил слушателям специальный курс на тему брака и воспитания детей, направленный именно на подготовку будущих «учителей воспитания».

Британский общий курс для старшей школы

Как уже говорилось, взаимодействие между родителями и школами должно быть очень деликатным, и его нельзя разрушать созданием каких-то обязательных программ с принудительным участием. Несмотря на наличие государственных и благотворительных организаций, которые предлагают родителям консультации по вопросам беременности, родов и уходу за младенцами, обучение социальным аспектам и ценностям может быть альтернативным.

С 2000 г. британское правительство стало вводить в школах уроки семейного воспитания. Разводы и родители-одиночки представляют серьезную проблему для Британии; их количество достигло в Европе пугающих показателей (Woolf, 1999). Основываясь на программе, составленной педагогами, чиновниками и психологами, британское правительство предложило в процессе курса обучения следующие вопросы:

- в чем ценность брака;
- как справляться с конфликтами в браке;
- как наказывать детей;
- как справиться с детскими скандалами в супермаркете;
- каковы ожидаемые роли отца и матери;
- как учить детей обращаться с деньгами;
- как воспитывать самоуважение в детях и взрослых с помощью похвалы;
- какова цена материальных благ в сравнении с любовью и чувством защищенности;
- как приучать к обязанностям наравне с правами и независимостью;
- как управлять своим временем;
- как справляться со стрессом в семейной жизни (Burgess, 2009).

Британское правительство посчитало, что подобная программа поможет предотвратить раннюю подростковую беременность и криминальное поведение детей, привить с юности правила жизни в семье в противовес отрицанию законов общества.

Хотя воспитание детей несет с собой массу проблем, это наиболее замечательный, стимулирующий и приносящий наслаждение опыт из всех возможных.
(из письма Батуль аль-Тома, матери)

Любая наука предполагает свои методологию, классификацию, стратегии и гипотезы.
Искусство предполагает мудрость, такт, интуицию и здравый смысл.
Воспитание детей – это и наука, и искусство, и духовный опыт.

Наши дети ненормальны?
Сталкиваясь со сложностями воспитания, некоторые родители начинают думать, что с их отпрысками что-то не так. Одна мать призналась: «За несколько лет до появления у нас детей мы с мужем хотели сделать приятное соседям, наведя порядок у них дома в их отсутствие. У них было трое маленьких детей, и их игрушки были разбросаны по всему дому. Через шесть часов работы мы были без сил: «Это не может быть нормой! Если это так, мы никогда не заведем детей!» Через два года, имея двух собственных детей, я уже знаю, что это действительно норма. Наша собственная комната имеет точно такой же вид, сразу предупреждающий: «Здесь дети!»

Faber, Mazlish, 1982

Дети и будущее мира

- Дети способны достигать желаемого вами, если вы верите в них. Если вы говорите: «Ты можешь это сделать», они это сделают. Если скажете: «Ты не сможешь», они не сделают.
- Нация – это сумма всех семей, всех мужчин и женщин.
- Если мы хотим изменить нацию, мы должны изменить свой дом.
- Если ребенок в зоне риска, то вся семья в зоне риска.
- Умный – это не то, чем мы являемся изначально, но то, чем мы можем стать.
- Чтобы изменить семью, мы должны изменить себя.
– По мере роста ваших детей ваша роль должна меняться с командира на советчика, с надсмотрщика на наставника.

Воистину, Аллах не меняет положения людей, пока они не изменят самих себя. Если же Аллах пожелает людям зла, то ничто не предотвратит этого. Нет у них властелина, кроме Него (13:11).

С помощью ли обучающих курсов или без нее, но важно осознать ценность хорошего воспитания для всего общества в целом. Обсуждение реальных сложностей брака, появления детей, их развития и заботы о них до того, как человек столкнется с ними на практике, может стать эффективной мерой для предотвращения множества проблем, с которыми столкнутся будущие родители. Однако, несмотря на логичность, переход школьного обучения от сексуальной грамотности к разговору о детях и их воспитанию не должен рассматриваться как нивелирование роли самих родителей. Если родители осознают собственный потенциал и то, насколько полезным их успех может оказаться для общества, они сами будут стремиться познать науку хорошего воспитания и с радостью уделят своим отпрыскам все возможные ресурсы. Перекладывание на государство, школу или СМИ задачи создания достойных граждан – в лучшем случае глупый риск, в худшем – уклонение от родительских обязанностей. Кто может вложить больше чистосердечных усилий в благополучие детей, чем их родители? Ничто с ними не сравнится!

Задания

Задание 1: Вы когда-нибудь задумывались, почему?

Обсудите следующие вопросы со своими детьми и привлеките личный опыт родственников и друзей.

Почему можно быть великим ученым, но асоциальным типом?

Может ли родитель быть любящим и нежным, но не проводить время со своей семьей?

Может ли человек быть религиозен, но нерационален?

Может ли человек быть уверенным в себе, но не доверять другим?

Можно ли быть великим мыслителем, но абсолютно неорганизованным в быту?

Можно ли быть щедрым к себе, но скупым по отношению к другим?

Можно ли быть богатым, но скупым?

Хорошее воспитание может сыграть существенную роль в осмыслении ответов на эти вопросы.

Задание 2. Ваш стиль воспитания

Какой из описанных выше подходов больше напоминает ваш? Определите его недостатки и необходимые пути к улучшению. Обсудите со своими детьми.

Задание 3. Список обычных детских «непослушаний»

Уникален ли мой ребенок? Некоторые родители думают, что их дети лучше других или наоборот, намного хуже. На деле наши дети совершают те же ошибки, что и их сверстники. Вот почему полезно общаться с другими родителями. Составьте список примеров плохого поведения своих детей и обсудите, как их можно исправить. Чтобы мотивировать ребенка, выберите те пункты, которые исправить проще.

Составьте список: «Что не так с моим ребенком»?

Ниже приведены некоторые примеры плохого поведения:

Отставание в учебе
Лень
Недо- или переедание
Ужасная прическа
Дерзость
Их друзья, которые вам не нравятся
Отказ от молитвы, отказ от помощи по дому
Плохое настроение и молчание
Отказ привести себя в порядок
Глупые, рискованные поступки
Неуважение к старшим
Прогулки по ночам
Нежелание находиться дома

Нежелание проводить время вне дома
Воровство
Вранье
курение
богохульство и сквернословие
злоупотребление просмотром телевизора и использованием мобильного телефона
драки
препирательства
увлечение фильмами ужасов
употребление низкокачественной пищи (фаст-фуда)
грубость по отношению к родителям/дедушкам, бабушкам
ношение одежды, которая вам не нравится
прослушивание музыки (телевизора) на полную громкость
неопрятность
пребывание в ванной часами
разбросанные по дому вещи

Позволяют ли вам обстоятельства «перевернуть» задание и попросить детей составить список: «Что не так с моими родителями»? Достанет ли у вас смелости и мудрости предложить им это?

Задание 4. Раздумья над стихотворением

Попросите всю семью собраться вместе, и пусть один из детей прочтет следующее стихотворение. Попросите всех членов семьи подумать над своим поведением по отношению друг к другу и выработайте предложения по улучшению ситуации.

Я натолкнулась на прохожего
И извинилась перед ним
Он улыбнулся и ответил:
«И я Вас тоже не заметил»
С чужими вежливы бываем,
Родных же часто обижаем.
Сын, стоя за моей спиной,
Мешал обед готовить мне,
Я натолкнулась на него
И зло прикрикнув, прогнала
Ему я нанесла обиду
Но вовсе и не поняла.
А перед сном в своей кровати,
Я услыхала тихий голос:
С чужим вежлива была ты,
С родным же сыном – так груба.
Пойди на кухню, посмотри,
Там на полу лежат цветы,
Их сын собрал тебе в подарок,
Его же оттолкнула ты.
Хотел тебе сюрприз он сделать
Ты довела его до слез.
Мне стало больно, стало стыдно,
Пошла я в комнату к нему,
И, опустившись на колени,

Сказала я: «Проснись, малыш,
Ты для меня собрал букет?»
«Да, я нашел их возле дуба,
Они похожи на тебя,
А синий – твой любимый цвет».
«Прости, сынок, что я кричала,
Мне очень стыдно за себя».
«О, мамочка, – сказал он нежно,
Я все равно люблю тебя!»
«И я люблю тебя, сынок,
А также синенький цветок».

Задание 5: Сегодняшние родители против вчерашних

Продумайте и обсудите с детьми вопросы:

Насколько Вы близки с детьми? Ближе ли, чем были вы со своими родителями? (Для примера: 76% американских родителей ответили: «Да»)

Как ваши отношения с детьми можно сравнить с вашими отношениями с вашими родителями? Каковы сходства и различия? Общаетесь ли вы со своими детьми более открыто, чем ваши родители с вами? (Kantrowiz, Peg, 2006).

Попросите всех членов семьи придумать способы улучшения общения, вспоминая как можно больше историй о ваших родителях и о вас. Такие истории могут укрепить семейный фундамент, сплотить семью. Применительно к традиционным мусульманским семьям такие воспоминания помогут проникнуть в подлинную национальную историю.

Задание 6. Родители могут изменить ситуацию!

Обсудите с детьми следующую ситуацию:

Друг сказал мне: « Что я могу сделать, я воспитываю ребенка один!»

Если бы никто в мире не пытался изменить ситуацию потому, что «один человек бессилен», то кто вообще может на что-то повлиять? Мы знаем о выдающейся роли в истории пророков и их великих последователей, ученых, многих мужчин и женщин, изменивших мир. Подумайте о Стиве Джобсе, Биле Гейтсе и Нельсоне Менделе, а потом спросите себя: кто изменил вашу жизнь? Родственник, друг, учитель, тренер или религиозный лидер? Расскажите вашу историю детям и попросите их подумать, – кто же изменил их собственную жизнь.

Задание 7. Чего дети ожидают от своих родителей?

Попросите одного из детей вслух прочитать притчу «Щедрое дерево» Шела Силверстайна. Затем спросите детей, чего они хотят от вас. Затем скажите, чего вы ожидаете от них.

«Щедрое дерево» – это история взаимоотношений мальчика и яблони. Дерево всегда давало мальчику, чего тот хотел. В детстве оно предоставляло ему ветки для качелей, позже – тень для отдыха, яблоки для еды, древесину для строительства дома… Мальчик рос и требовал все больше и больше, но ничего не давал одинокому дереву взамен, а оно хотело только его общества. В конечной точке самопожертвования дерево разрешило мужчине срубить себя и сделать лодку, после чего тот покинул дерево, превращенное им в пень. Через много лет он, уже старик, вернулся и искал только место для отдыха, и дерево радостно дало ему такое место, наконец-то наслаждаясь его компанией.

ГЛАВА 2

Семейный союз: его важность и функции

- Введение
- Превращение в родителей
- Размер семьи в США в наше время и раньше
- Неполная семья, одинокие родители
- Может ли один родитель заменить другого?
- Советы разведенным родителям
- Важность семейного союза в Исламе
- Цели семьи исходя из Корана
- Семейный союз: западная модель
- Воспитание детей в Британии и США
- Свобода или правда?
- Где воспитывать детей?
- Две отсутствующие в западной мысли концепции
- Ценности веры против утилитарных ценностей
- «Земледельческая модель» семьи: дети как растения, родители как садовники
- Задания

Введение

Что такое семья? Как она функционирует? Каковы ее задачи? Что делает ее сильной? Что ее разрушает? Какие вложения должен делать каждый член семьи для ее успеха? Как этот успех может быть измерен? Ответы на все эти вопросы имеют прямое отношение к воспитанию детей. В этой главе мы покажем родителям и просто читателям огромные возможности семейного единства и его влияние на социальные изменения. Семья трансформирует не только своих членов, но и все общество в целом. Мы также рассмотрим, как воспитывают детей в исламском мире и на Западе.

В первой главе мы постарались объяснить родителям, почему важно грамотное воспитание детей, как этому научиться и как выбранный стиль воспитания влияет на то, какими людьми будут наши дети. Стать хорошими родителями – нечто куда большее, чем простое соблюдение ключевых принципов. Мы акцентируем внимание на том, что воспитание детей требует осведомленности о природе семьи, ее внутренних взаимосвязях. В этой главе мы постоянно говорим о важности любви, заботы и защищенности. Атмосфера любви в семье отвечает потребностям как родителей, так и детей. Грамотное воспитание способствует становлению дисциплинированной личности с чувством ответственности перед обществом.

Мы также затронем проблемы одиноких родителей, разводов, изменений размера семьи и существующих в мусульманском мире семейных укладов. Нестабильность, с которой сталкиваются многие мусульманские семьи, на первый взгляд мало отражается на воспитании детей, но в действительности крепкие семьи необходимы для создания устойчивых и динамично развивающихся обществ. Прогрессивные общества не могут существовать без здоровых семей, и это абсолютно верно и для исламского мира, который стремится вернуть себе утраченные позиции.

Одни определяют «семью» как группу людей, находящихся в родственных связях, другие – как ячейку общества, третьи – как коллектив, состоящий из родителей и детей, живущих в одном доме. Несмотря на то, что существует много определений семьи, понятие «традиционная семья» очень тесно связано с браком и детьми. Чаще всего именно посредством брака происходит появление семейного организма, хотя это не столько партнерство двух индивидуумов, сколько слияние двух расширенных семей. Современная семья (особенно на Западе) постепенно значительно трансформировалась, превратившись из расширенной в «сжатую», нуклеарную. Более того, изменились и ее размеры: люди заводят меньше детей.

Так или иначе, семья должна быть чем-то большим, чем сумма ее частей. Семья – это часть более широкой культуры, в идеале – всей культуры. Очень важно

понимать величие нашей роли внутри семьи. Семья – это маленький молитвенный дом, маленькое государство, маленькая школа доброты.

Превращение в родителей

Когда мы думаем о семье, то чаще всего представляем родителей и детей. Появление первого ребенка превращает пару в союз троих. Для родителей начинается новый этап жизни. Они постепенно приспосабливаются к новой модели отношений, которую приносят дети (а она наряду с радостью и счастьем включает напряжение и трудности).

Когда рождается малыш, в мусульманской семье проводят ряд ритуалов (Zaydan, Abdul Kareem, на арабском, 1993):

- у уха новорожденного произносится призыв к молитве (*азан*). Аль-Хаким передал свидетельство Абу Рафи о том, что Пророк прошептал *азан* над ухом своего внука Аль-Хасана, когда Фатима впервые принесла новорожденного к деду.
Когда мы произносим слова *азана* в правое ухо и *икама* в левое ухо младенца, мы объявляем о единстве Бога, повторяем совершенное Пророком Мухаммедом и призываем верующих молиться о ребенке.
- Для ребенка выбирается имя. Хорошее, значимое имя может оказаться решающим, оно может заложить будущую модель поведения. Это не обязательно должно быть арабское или историческое имя, это вполне может быть и немусульманское имя, если какой-либо его носитель может стать для вашего ребенка хорошим примером для подражания. Однако необходимо подумать не только о значении имени, но и о том, как оно будет звучать и писаться на других языках.
- В честь рождения малыша организуется празднование-*акика* (*ʻaqīqah),* традиционно подразумевающее жертвенное приношение. Так, когда родились его внуки Аль-Хасан и Аль-Хусейн, Пророк зарезал барана. Такое празднество обычно организуется на седьмой день после рождения. Жертвенным мясом следует накормить семью и соседей, как богатых, так и бедных (*walīmah*). Животное должно быть откормленное, здоровое и без дефектов. Во время заклания животного следует произнести следующую молитву: «О Аллах, это жертва ради Тебя. О Аллах, она приносится за (назвать имя ребёнка)».
- Ахмад и ат-Тирмизи привели хадис Пророка: «Каждый ребенок –заложник своей *ʻакика*. Животное приносится в жертву на седьмой день, затем следует побрить ребенку голову и дать имя». Это рекомендация, а не обязанность. Пророк также посоветовал своей дочери Фатиме смешать детские волосы с серебряными монетами и раздать серебро бедным. Схожие обряды есть у иудеев; христиане ограничиваются крещением.

Влияние детей на стабильность брака

С появлением детей жизнь семьи неизбежно меняется. Дети – великий дар, но на первых порах многие молодые родители могут в этом усомниться. Супругам следует осознать, что их жизнь уже никогда не будет прежней и ее следует приводить в соответствие новым требованиям. Родителям придется поступиться некоторыми своими интересами в угоду интересами ребенка. Для матерей, чья каждая секунда стала принадлежать малышу, будет непросто сражаться с постоянной усталостью. Отец, скорее всего, будет возвращаться с работы вовсе не к веселой жене, счастливому ребенку и чистому дому, а к уставшей, замученной супруге, которая уже не сможет заботиться только о нем, как раньше. Сама способность стать отцом или матерью многими молодыми родителями в этот момент ставится под вопрос.

Материнские заботы могут приводить к умственному, физическому и эмоциональному истощению. Недостаток сна и бесконечная забота о ребенке становятся испытанием даже для прочных отношений и могут привести к сложностям в браке.

Финансовые проблемы становятся более заметными: пара не только работает и платит за квартиру, но и заботится о

Матери не могут быть везде одновременно!

Не пытайтесь быть одновременно идеальной женой, матерью, домработницей и карьеристкой. Вам придется выступать в разных ипостасях в разное время. Дети изменят вашу жизнь кардинально, поэтому примите эти изменения, будьте дружелюбны в семье, проявляйте гибкость.

ребенке. Это тоже может иметь не лучшие последствия для семейного быта. Для родителей, которые работают полный день, жизнь может стать слишком напряженной. Некоторые родители, не желая или не имея возможности привлечь няню, подстраивают свои рабочие графики так, чтобы один из них всегда находился дома с ребенком. Это, конечно, хорошо для ребенка, но вряд ли окажется оптимальным вариантом для мужа и жены, которые теперь видятся урывками, передавая друг другу «вахту». В этом случае отношения могут начать портиться очень быстро: супруги будут спорить по поводу того, чья очередь мыть посуду и убирать в доме. Испытывая вину за недостаток времени, проведенного с детьми, родители могут еще более усугубить ситуацию, сокращая время на общение друг с другом. Другие же, демонстрируя «заботу», но не имея времени или желания на общение с детьми, осыпают их дорогими подарками, ненужными вещами, вредной едой, лишь ухудшая финансовое положение семьи и ее эмоциональный климат.

Подобные проблемы могут поставить будущее семьи под угрозу, тем более если совместное время супруги отдают не доброжелательному личному общению, а бесконечным жалобам. Конфликты между супругами отрицательно сказываются и на ребенке.

Многие родители страдают от недостатка общения, что приводит к непониманию и неразрешенным конфликтам. Детей не стоит воспринимать как «маленьких взрослых», ожидая от них соответственного поведения. Не стоит также обвинять их в приставаниях, потому что манера постоянно задавать вопросы – это их особенность. Их физические и эмоциональные нужды, естественные для развития, должны быть удовлетворены.

Ниже мы приведем несколько предложений по облегчению перехода к функции родителей. Возможно, с их помощью изменение ролей с «мужа и жены» на «отца и мать» станет менее напряженным.

Пусть семьи заботятся друг о друге, а общество само позаботится о себе.

Конфуций

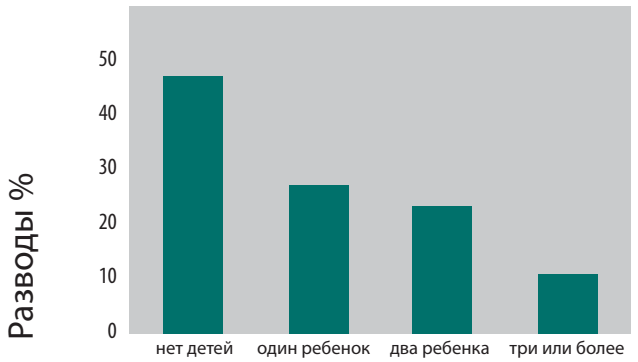
1. Распределите для себя ежедневное или еженедельное время, которое будете проводить только вместе, как пара. Это может быть совместная прогулка, спортивные упражнения или ужин. Хорошо влияют на отношения разговор по телефону в течение дня или несколько утренних минут, пока все в доме спят. Можно иногда попросить посидеть с детьми собственных родителей.
2. Поделитесь ожиданиями со своим партнером. Обсудите тревожные мысли, которые приходят вам в голову в новой роли. Обсудите влияние детей на ваше здоровье, ваши отношения и работу.
3. Проводите время вместе за обедом, молитесь вместе, занимайтесь сексом и делайте упражнения. Выкраивайте любую минутку, чтобы побыть вместе, несмотря на грязную посуду и не выстиранное белье.
4. Выражайте свое несогласие и не бойтесь конфликтов. Воспринимайте неизбежные стычки как показатель напряжения в отношениях и вместе ищите решение.
5. Поговорите с хорошим другом или коллегой, который уже прошел путь от супруга до родителя. Это позволяет преодолеть чувство изоляции. Общайтесь с человеком своего пола, но не рассказывайте совсем уж личных вещей о своем супруге.

Воспитание основано на неразрывном союзе между отцом и матерью – у каждого свои функции, но общее дело. Родители удовлетворяют разные нужды ребенка, даже когда играют с ним. Мать обнимает дитя, прижимает его к груди и наполняет его любовью и нежностью; отец, напротив, подбрасывает его в воздух (только после 2-х лет), возит на спине и борется с ним на полу. Все эти упражнения учат ребенка доверительному отношению, а также показывают контролируемый уровень резкости, агрессии и риска. Оба родителя должны выполнять свои роли, чтобы развивать детскую индивидуальность. Отец может быть воспитателем только в союзе с женой, должен быть защитником, показывать, насколько неотъемлема его эта его роль; он должен понимать, когда надо показать себя «родителем», а когда «другом», т.е. когда защищать, а когда «преподать урок».

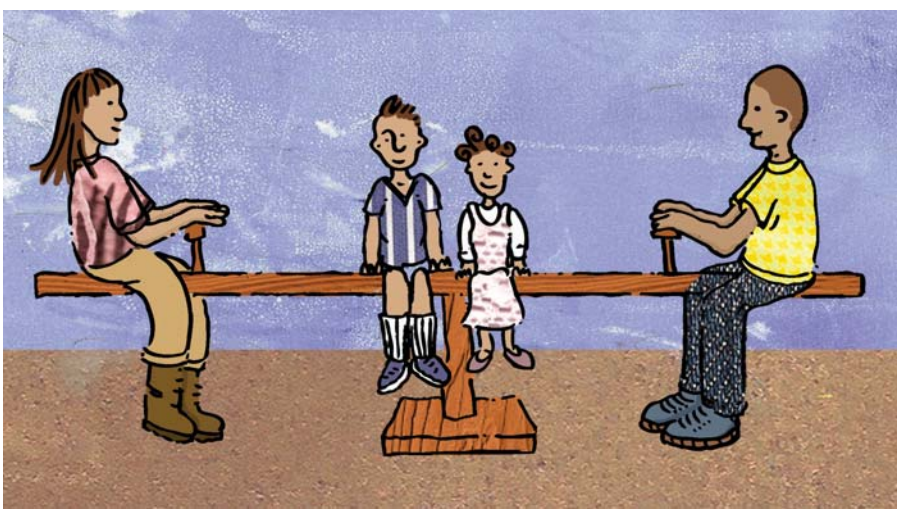
Вне зависимости от того, как появление детей меняет отношения между родителями, оно привносит в их брачный союз больше стабильности. Иллюстрация 2.1. демонстрирует, что чем больше детей в семье, тем меньше вероятность развода супругов. Родители, чьи дети еще зависят от них, стараются оставаться вместе, чтобы обеспечить потомству лучший уровень жизни. Родители (особенно матери) с маленькими детьми предпочитают сохранять брак, даже не слишком счастливый. Дети оказываются важным аргументом против развода.

Развод и статистика о детях

Таблица 2.1 (Knox &Schacht, 1997)



Процент разводов в парах с детьми на 40% ниже, чем у бездетных пар (Маккинди Ирвин, Семейное право, 2012);
43% детей в США сейчас растут без отцов;
75% детей с разведёнными родителями живут с матерью;
28%, у которых родители в разводе, живут за чертой бедности;
Половина американских детей станут свидетелями развода родителей. Половина из этих – свидетелями распада и второго брака.
В книге «Большое национальное счастье» Артур Брукс показывает, что в США родители более уверены в себе и считают себя счастливее, чем бездетные пары. Основная причина в том, что дети придают жизни смысл. Состоящие в браке религиозные люди (например, регулярно посещающие церковь) имеют еще больше «шансов на счастье», чем одинокие, – не потому, что они богаче, а потому, что их жизнь более наполнена (Brooks, 2008).



Кто что должен делать

Родители: создавать счастливый дом
Дети: учиться у родителей и поддерживать их
Бабушки и дедушки: соединять семью сквозь поколения
Друзья: помогать родителям
Учителя: образовывать детей
Реформаторы: показывать родителям, как правильно воспитывать детей

Жизнь с детьми – только временная фаза

Воистину, за каждой тягостью наступает облегчение.
За каждой тягостью наступает облегчение (94:5–6).

Хотя родителям младенцев кажется, что эти бессонные ночи никогда не закончатся, не успевают они и глазом моргнуть, как дети вырастают и уходят из дома. В отличие от уз брака, отношения родителей и детей движутся к неизбежному отделению друг от друга. Супруги вновь останутся вдвоем... Воспитание детей – это только одна важная фаза брачных отношений и жизни. Для родителей жизнь с детьми занимает одну треть всей их жизни и половину их жизни в браке. Однако однажды родитель – родитель навек. Отношения не прерываются даже после того как дети женятся и уходят из дома. Они сохраняются вне зависимости от того, рядом дети или за тысячи миль. А далее родители переходят в фазу бабушек и дедушек.

Размер семьи теперь и тогда в США и Великобритании

Сужение размеров семьи сказалось на отношениях в ней. Чем меньше детей, тем больше внимания они получают. Семейные узы становятся сильнее и интенсивнее. С другой стороны, дети могут не получать навыков заботы о младших братьях и сестрах. Поколение беби-бума (между 1946 и 1964 гг. родились 77 миллионов американцев) вырастило, по имеющимся подсчетам, только 80 млн. детей.

Размер семьи также стал меньше из-за увеличения количества пар, в которых работают оба супруга, высокого уровня мобильности и большого расстояния между родителями и их родственниками. В Великобритании за одно поколение увеличилось количество родителей с одним ребенком, в 2012 году 47 процентов семей имели 1 ребенка, 39% – 2х и 14% – трех и более (Управление национальной статистики). 20 процентов женщин, родившихся в 1964 г, бездетны, по сравнению с 12 процентами в 1937 года рождения (BBC 2010). В 1960 г. 77 процентов американских женщин ушли из дома, вышли замуж и к 30 годами имели детей. В 2000 году те, что родились в 1960 достигли, 40 летнего возраста, и только 46 процентов ушли из дома и завели детей до 30 лет! (Kantrowitz and Tyre, 2006). В то время как в 2000 году средний возраст для вступления в брак в США составил 26, 8 для мужчин и 25,1 для женщин, в 1960 г. это было 22, 8 для мужчин и 20,3 для женщин! В Англии и Уэльсе средний возраст женщин в первом браке между 1930 и 1960 гг. тоже начинает расти. (Управление национальной статистики 2010) Средний возраст вступления в брак в Англии и Уэльсе даже выше, чем в США – в 2012 году это было 31 год для мужчин и 29,1 для женщин, средний возраст, в котором заводят детей, тоже увеличивался с сер. 1970 х гг.

Семья с одним родителем

Более одного из трех детей в США живет в неполных домах (24, 6 миллиона детей – 35 процентов – в 2013 году, центр обработки данных по подсчёту детей) В то время как большинство – семьи с одной мамой, увеличивается и количество семей, где один отец. В период с 1960 по 2011 гг. число семей, где только один отец, увеличилось примерно в девять раз от 300 000 до более 2,6 млн в 2011 г., в то время как семей с одинокими матерями более чем в 4 раза (с 1,9 до 8.6. млн). В Великобритании и Ирландии 30 процентов детей растет с одним родителем, большинство с матерью в неполной семье (28, 1 и процент). В Великобритании и Ирландии значительно больший уровень одиноких семей по сравнению с остальной частью Европы: 18,5 по сравнению с 9.1 в Европе. Более 20,4 процентов в Великобритании – одинокие семьи. Количество неполных семей растет по двум причинами: развод и дети, рожденные вне брака (внебрачные – термин, применимый к детям, рожденным от родителей, не состоящих в браке друг с другом). В 2013 году 40, 6 процента всех рожениц в США были незамужние женщины (1 595 873) (Национальная система статистики, 2015).

Брак (и все, что за ним следует) нежелателен для многих пар, которые предпочитают жить вместе, не будучи женатыми (сожительствовать). В США, из 19.9 млн. детей, живущих со своими незамужними биологическими матерями, в 2009 21 процент (4.3.млн) имели матерей, которые жили с партнёрами вне брака. В сравнение, из 5.1 млн детей, живущих с неженатыми биологическими отцами, 54 процента (2.7. млн) жили с отцами, которых был партнер-сожитель, из которых 2. 4 млн были биологическими матерями. По подсчётам Исследовательского Центра Пью, 2013, одинокие отцы чаще сожительствуют (41 против 16 процентов). В Великобритании семьи сожительствующего типа – самый быстро растущий тип семей - выросли на 30 процентов между 2004 и 2014 гг. В 2014 г. было около 3 млн. сожительствующих пар разного пола, и 84 000 – одного пола. Вместе они составляют 16,4 процента семей в Великобритании (Центр национальной статистики, 2015)

По данным Центра по контролю и профилактике заболеваний, в США более одних из 3х первых родов у женщины в возрасте 15-44 лет проходят во время сожительства (26 процентов в 2011-2013 по сравнению с 22 процентами в 2006-2010 и 12 в 2002) В Англии и Уэльсе, почти треть родившихся зарегистрированы сожительствующими парами (31 процент) в 2013 г (центр национальной статистики 2014) Исследования американского колледжа педиатрии в 2014 показали, что в сравнении с парами, которые состояли в браке на момент рождения малыша, те, что сожительствовали, в 4 раза более склонны были развестись в последующие 3 года. Повышенный риск варьировался от двойного у афро-американцев, до в 3 раза у мексиканцев и почти в 8 раз увеличивался среди европейцев американцев.

Из 123.3 млн семей в США в 2014 году
-59.6 млн были женатыми парами
-7,9 млн были не состоящими в браке парами с партнером противоположного пола
- 34,2 млн были семьи с одиноким родителем
(Бюро переписи населения, США)

Из 26,7 млн семей в Великобритании
-12,5 млн – пары в браке
- 2,3 млн были сожительствующие противоположного пола
-61 000 однополые сожительствующие пары
-28 процентов – семьи из одного родителя

(Управление нац. статистики 2015)

Развод по обоюдному согласию

Развод по обоюдному согласию регистрируется, когда оба партнера соглашаются расторгнуть брачные отношения и суду не требуется дополнительной причины. Некоторые высказываются за запрет подобных разводов. Несмотря на растущие показатели разводов, Рональд Рейган, будучи губернатором Калифорнии и сам находясь в разводе, подписал в 1969 г. первый закон, который разрешил развод по обоюдному согласию. До этого один из супругов должен быть доказать в суде, что его партнер совершил нечто несовместимое с представлением о семейной жизни (наиболее распространенными причинами были супружеская измена, жестокое обращение или фактическое прекращение совместного проживания). Желавшие развестись пары лгали в суде или нанимали частных детективов, чтобы следить друг за другом. Развод по обоюдному согласию был введен, чтобы предотвратить подобные махинации, и позволил партнерам расторгать брачные отношения миром; если даже один не желал развода, другой мог получить его без обвинений и лжесвидетельств. Все штаты, кроме Нью-Йорка, последовали за Калифорнией и разрешили развод по обоюдному согласию. Через три года после этого показатели разводов взлетели *(Leland, 1996)*.

Одинокий родитель теряет покой, утешение и необходимую поддержку второго родителя.

Мы настаиваем на том, что даже если ребенок родился вне брака, это не снимает с его родителей обязанностей. Растить ребенка одному требует огромной стойкости и уверенности в своих силах. Совмещать нагрузку на работе и домашние обязанности не так-то просто. Быть одиноким родителем тяжело и морально, и эмоционально. Это намного сложнее, чем воспитание вдвоем. Одинокий родитель должен играть две роли – и отца, и матери; он один на один должен принимать финансовые решения, создавать и выполнять домашние правила, справляться с детскими конфликтами, а еще и бороться с собственным одиночеством. Это не значит, что полная семья всегда лучше неполной, – подобное утверждение далеко от истины; речь о том, что одинокому родителю сложнее справиться со своими эмоциональными нуждами. Все родители нуждаются в позитивном умственном настрое, особенно одинокие.

Для детей проживание с одним из родителей будет значить недостаток внимания и заботы со стороны второго. Это не значит, что недостающий родитель всегда полностью отсутствует: несмотря на развод, оба родителя могут продолжать играть активную роль в детской жизни, а дети с одним родителем могут испытывать тот же недостаток поддержки, что и дети из полных семей. Одинокие родители безусловно посильно заботятся о своих детях, и чем более осведомлены и образованы они будут, чем больше навыков приобретут, тем меньше боли испытают дети.

Вот некоторые факты негативного влияния неполных семей на детей (Harper & McLanahan, 2004):

- одинокие родители имеют меньше ресурсов для защиты детей и подростков, чем полные семьи;
- девочки, которые воспитываются в семьях с двумя биологическими родителями, с большей вероятностью станут сексуально активными в подростковом возрасте;
- дети и подростки, которые живут без биологических отцов, более рискуют подвергнуться физическому, эмоциональному или сексуальному насилию;
- дети из распавшихся семей доставляют больше проблем в старшей школе;
- дети из неполных семей совершают больше преступлений.

Директивы хорошего воспитания, рассматриваемые в этой книге, едины для всех семей. Все родители сталкиваются с одинаковыми проблемами, но одиноким родителям надо обращать повышенное внимание на следующие моменты:

1. Демонстрировать свою силу. Если семья распадается, привычный для ребенка мир дестабилизируется, и ребенок теряет опору. Одиноким родителям нужно верно оценивать данную ситуацию и всегда оставаться спокойными и уверенными в своих силах.

2. Выполнять обе родительские функции. Дети не должны стыдиться того, что у них неполная семья, и должны знать, что они так же хороши, как и дети из полных семей. Одинокий родитель должен обеспечить детям полноценную домашнюю атмосферу и счастливую жизнь. Напоминайте детям, что Пророк Мухаммед в детстве потерял обоих родителей. Будьте внимательны и не перегибайте палку, пытаясь сверх меры восполнить отсутствие второго родителя, не разрешайте детям манипулировать вами, заставляя чувствовать себя виноватыми.

3. Необходимо постоянное общение детей и родителей. Жизнь обоих родителей будет проще, если и после развода сохранить с детьми отношения любви и привязанности.

Несмотря на сказанное, одинокие родители не должны растить детей без всякой поддержки. Этот процесс может быть не менее радостным, а результат его – не менее успешным предприятием, чем в полных семьях.

Как успешно воспитывать ребенка одному

Далее приводятся рекомендации одиноким родителям, направленные на успешное воспитание и минимизацию конфликтов с детьми:

- Формируйте круг друзей, завязывайте отношения с другими людьми. Приглашайте хороших друзей и их детей для общения и приема пищи с вашими детьми. Познакомьтесь с другими одинокими родителями (не забывайте, хоть вы одиноки, но не одни!). Друзья помогут в трудных ситуациях, в заботе о детях, и выслушают, когда нужно будет выговориться. Будьте разборчивы с теми, кого выбираете в друзья: ищите заботливых, внушающих доверие, преданных людей, которые смогут оказаться рядом в трудную минуту. Если у вас большое количество родственников, то поддерживайте эти узы, посещайте родных регулярно. Не стесняйтесь разделять свои трудности с родными и просить их о помощи.

- Организуйте как можно больше прогулок и мероприятий с детьми. Храните сувениры, чтобы напоминать себе и детям о счастливых моментах и событиях.

- Принимайте решения вместе с детьми. Это повысит их самооценку, и они будут считать себя важными членами семьи. В неполных семьях помощь каждого ребенка нужна каждый день. Привычка делить обязанности и работать в команде поможет снизить напряжение, которое вы испытываете.

- Не позволяйте своему раздражению отражаться на детях. Если бы вы могли увидеть мир их глазами, то осознали бы, насколько они уязвимы. Дети боятся, что если что-то случится с их родителем, они останутся одни во всем мире. Не забывайте обращаться за помощью к Богу, и после того, как сделали все от вас зависящее, оставляйте ваши проблемы и страхи в Его заботливых руках.

- Если вы разводитесь, не заставляйте детей принимать чью-то сторону, выбирать между «хорошим» и «плохим родителем». Дети безмерно любят обоих родителей и чувствуют себя виноватыми, если отдают предпочтение одному в обход другого.

- Несмотря ни на что, мыслите позитивно и полагайтесь на Бога. Не забывайте, что одинокий родитель с правильными навыками может вырастить столь же успешных детей. Выполнение этой задачи зависит не от количества родителей, а от качества воспитания и родительского взгляда на жизнь.

Одинокие матери пророков Мусы (Моисея), Исы (Иисуса) и Мухаммеда

Некоторые из величайших посланных человечеству пророков выросли именно в неполных семьях. Сила и мудрость великих женщин, их матерей, – настоящий источник вдохновения для всех родителей.

Пророк Моисей

Мы внушили матери Мусы (Моисея): «Корми его грудью. Когда же станешь опасаться за него, то брось его в реку. Не бойся и не печалься, ибо Мы вернем его тебе и сделаем одним из посланников» (28:7).

Мать Моисея, веря в то, что Бог позаботится о ее ребенке, опустила Моисея в реку. Она сама и взрастила его после того как он отказался от кормилиц в доме фараона. Какое великое решение она приняла! Она доверила Богу жизнь своего сына, а затем сформировала его лидерские качества великого пророка!

Пророк Иисус

Вот сказали ангелы: «О Марьям (Мария)! Воистину, Аллах избрал тебя, очистил и возвысил над женщинами миров (3:42).

Иисус рос без отца и воспитывался матерью Марией. Мария воплотила в себе высочайшие стандарты любви, жертвенности и чистоты. Она описана Аллахом в целой суре Корана как чистейшая женщина с высочайшей верой.

Пророк Мухаммед

Мать Мухаммеда, Амина бинт Вахб, была одинока. Она растила сына до шести лет, в течение которых были заложены его исключительные характер и личные качества. Отвага, любовь, честность, творческое начало и уверенность в себе были заложены в него именно его матерью.

Влияние материнства безмерно!

Насколько мы ценим наших матерей за их бесценные заслуги в воспитании?

- Дети приходят в этот мир, уже зная свою мать, и именно мать говорит им, кто их отец.
- Имам Ахмад передает, что один человек пришел к Пророку и сказал: «Я пришел отдать тебе свою верность для *хиджры* (переселения) и оставил своих родителей плачущими». Пророк сказал: «Вернись назад и, как заставил их плакать, так заставь их и смеяться».
– Говорят, что вовремя погребения матери один мусульманин заплакал и сказал: «Как мне не плакать, если одна из дверей, ведущих в Рай, закрылась для меня навсегда?»

Может ли один родитель заменить другого?

Мать не может полностью заменить отца, как и отец не может полностью заменить мать. Малыши, у которых появляется надежная привязанность к обоим родителям, развиваются лучше всего. Мать дарит бесконечную любовь, нежность, терпение и кормит грудью; отец предлагает свою силу, надежность, громкие голоса, другой запах и колючие щеки; это очень полезные стимулы для малыша. В общем, потеря матери для ребенка более ощутима, чем потеря отца. Женщины-домохозяйки принимают больше участия в жизни детей, и дети к ним более привязаны. Они готовы и имеют возможность быть с детьми весь день, одарить их любовью и миром, чтобы они стали успешными в жизни (Tremblay & Israel, 1998).

Существует ложное представление, что мальчики больше нуждаются в отце, а девочки – в матери. Отец так же нужен дочери, как и сыну, просто эта необходимость выражается по-разному. Аналогично и мать необходима для воспитания сыновей. Отцы дарят девочкам ощущение силы, поддержки и защиты. С помощью отца девочка научится правильно вести себя с мужчинами: в противоположной ситуации мужчины могут казаться ей слишком загадочными и пугающими существами.

Могут ли матери успешно играть роль отцов для своих сыновей, если те растут без мужского влияния? Не могут, да это и не нужно. Детская личность настолько тверда, что даже если ребенок не может вспомнить своего отца или мать, то способен очень ярко представить родителей во всех подробностях. Дети могут сложить идеального родителя из «кусочков» особенностей разных людей. Женщина, которая растит сына без отца, может помочь ему «сконструировать» образ идеального папы в общении с дедушками, дядями и двоюродными братьями, с которыми общается сама. Она может познакомить сына с дружелюбно настроенным и проверенным школьным учителем, священником или имамом. Эти мужчины могут стать хорошей моделью для подражания ее сына.

Что важно по-настоящему?

Через сорок лет будет не важно, каков ваш банковский счет, в каком доме вы прожили жизнь или какую водили машину… По-настоящему важно будет одно – насколько важную роль вы играли в жизни своих детей и внуков.

Заметки об Исламе и разводе

Одна из основных причин увеличения количества одиноких родителей – рост числа разводов. В некоторых культурах и религиях развод запрещен (в Бразилии до 1977 г., в индуизме, на Филиппинах для католиков). Ислам осуждает расторжение брака, но все же разрешает его при соблюдении некоторых процедур. Перед разводом мусульманин должен заручиться ходатайством семьи и пройти через арбитражный суд. Ислам настаивает: родственники должны сделать все возможное, чтобы не допустить распада семьи, особенно если в ней есть дети. Пророк сказал: «Самое ненавистное пред Господом, но дозволенное — развод». (Ибн Маджа) «Другими словами, Ислам и другие вероисповедания признают, что брак может распасться. Это печально, но такое случается.

Родители должны постараться сохранить брак. Если же развод неизбежен и в семье есть дети, родители должны быть честными с ними. Необходимо аккуратно ввести детей в курс дела, не скрывая факты и не выдумывая какие-то фантастические истории. Родители должны ясно объяснить, почему они расходятся, что это не вина детей, что их любят, как и прежде. Нельзя просто исчезать без объяснений – это может оставить в детской душе ожесточение. Родителям может казаться, что, просто ставя ребенка перед фактом ухода одного из них, они помогают ему избежать боли, но на деле дети воспринимают это по-другому: они думают, что родители не любят их даже настолько, чтобы сказать правду или хотя бы попрощаться.

Ни в коем случае не заставляйте детей принимать чью-то точку зрения или чью-то сторону. Точно так же в случае создания новой семьи не надо принуждать детей принимать нового человека как «папу» или «маму», – это вызовет соперничество и ревность. Для детей проще принять отчима как «нового мужа моей матери» (аналогично мачеху - как «новую жену отца»), чем пытаться представить, что этот человек должен вытеснить его родных отца или мать.

Влияние развода на детей

Влияние развода на детей часто включает негативное воздействие на многие сферы жизни, включая: семейные отношения, материальное положение, эмоциональное благополучие, психологическую адаптивность, обучение и успеваемость, а в будущем и способность зарабатывать. С уменьшением количества браков и увеличением – разводов все больше детей живут с одним родителем или в разведенной семье. Уровень бедности значительно выше среди сожительствующих, чем среди женатых пар. США имеет самые высокие уровень бедности среди одиноких матерей среди преобладающей рабочей прослойки (демография, 2012). В США, дети, родители которых развелись в 2009 году, скорее всего жили с матерями (75%), и только 25% с отцами. Они также с большей вероятностью попадали под черту бедности (28%) по сравнению с другими детьми (19) и чаще жили в арендованных домах (53), чем другие дети (36). Женщины, которые развелись за последние 12 месяцев, в два раза чаще попадали под черту бедности, чем мужчины (22 против 11) (Бюро переписи населения США, 2011).

Родители и бывшие супруги должны общаться со всеми членами семьи с добротой, уважением и терпением. Коран советует нам вести себя в случае развода так:

> *Развод допускается дважды, после чего надо либо удержать жену на разумных условиях, либо отпустить ее по-доброму. Вам не дозволено брать что-либо из дарованного им, если только у обеих сторон нет опасения, что они не смогут соблюсти ограничения Аллаха. И если вы опасаетесь, что они не смогут соблюсти ограничения Аллаха, то они оба не совершат греха, если она выкупит развод. Таковы ограничения Аллаха. Не преступайте же их. А те, которые преступают ограничения Аллаха, являются беззаконниками (2:229).*

При разводе просто необходимо значительное терпение. Надо понимать, что некоторые дети никогда не смогут принять новых родителей; в этом случае ничего не остается, кроме как положиться на время и стараться быть добрыми и дипломатичными.

Бывает, что расторжение явно неудачного брака, в котором в семье не удалось создать счастливую атмосферу, оказывается для детей облегчением. Однако дети, признавая, что, например, без отца им и матери лучше, могут не переставать его любить, хотеть, чтобы он был рядом, надеяться, что все еще может наладиться. Заботливые «новые родители» – супруги их биологических матери или отца, – должны сказать ребенку: «Я не твой отец (мать), но я муж (жена) твоей матери (отца), и я буду заботиться о тебе». Новые родители могут достичь с неродными детьми прекрасных дружеских отношений на всю жизнь.

Одинокие родители подростков сталкиваются с другими проблемами. Они не должны пытаться сделать детей излишне зависимыми или превратить их в замену отсутствующего партнера, требуя выполнения совсем не детских обязанностей. Подростки-мальчики – НЕ мужья, подростки-девочки – НЕ жены. Одинокий родитель должен предоставить детям свободу их собственных интересов вне дома. Не важно, насколько несчастным чувствует себя родитель, он не должен быть эгоистичен. Известны случаи, когда подростки оказываются слишком «привязаны» к родителю, нацелены на реализацию лишь его амбиций, даже в ущерб школьному образованию, не говоря уже о риске физического и умственного насилия.

Дети, рожденные вне брака, отличаются от детей овдовевших родителей или из разведенных семей. Основное отличие возникает от чувства связи с отцом. Умерший отец все еще дает детям необходимое чувство комфорта, – они чувствуют это родство и сохраняют некоторую семейную идентификацию, что, несмотря на трудности, помогает им при поддержке матери ощущать большую защищенность, нежели сверстникам, у которых есть оба родителя и вроде бы более благополучная жизнь.

Советы разведенным родителям

- не осуждайте детскую привязанность ко второму родителю;
- старайтесь поддерживать нормальное общение с бывшим супругом, его/ее семьей и детьми;
- поддерживайте уверенность детей в любви к ним обоих родителей;
- объясните детям, что расторжение брака родителей никак не повлияет на ваши отношения с детьми.

Важность семейного союза в Исламе

Ислам придает очень большое значение сохранению семьи. Коран отмечает, что люди – наиболее совершенные и достойные из сотворенных Богом, назначенные Создателем быть Его доверенными на земле. Конечно, они должны быть соответствующим образом обучены и подготовлены к заботе о других *(istikhlāf)*, и не случайно, что этап младенчества у людей длится куда дольше, чем у животных. Начальной точкой такой «семейной школы образования» должны стать отношения будущих родителей. Эти отношения строятся не на деловых условиях или юридически оформленных обязанностях (хотя «семейные законы» важны как официальные регуляторы). Отношения мужа и жены должны быть построены на соучастии *(mawaddah)* и сострадании (*rahmah*). Без этих двух составляющих желания родителей (изложенные в аяте 25:74) о счастливом доме и набожных детях не могут быть выполнены. Неполные семьи тоже должны быть участливы и сострадательны по отношению к детям.

Они говорят: «Господь наш! Даруй нам отраду глаз в наших супругах и потомках и сделай нас образцом для богобоязненных» (25:74).

Семья необходима людям, чтобы полностью осознать свое развитие и совершенство, вложенное в нас Создателем. Наши внешний облик, размеры, физические способности, психологические, умственные и духовные особенности каждого из нас – все задумано в гармонии. Всевышний благословил нас народом, обществом, нацией.

> *Мы сотворили человека в прекраснейшем облике (95:4).*

В течение жизненного пути мы проходим удивительный путь: от хрупкости и слабости младенца через этап взросления и обучения к вершине силы и возвращаемся к слабости старости (сопряженной с потерей сил, знаний, памяти). Со временем и родители психологически растут, делясь способностями и навыками с детьми, внуками, другими членами семьи. Здоровая интимная жизнь невозможна без наличия супруга. Именно внутри освященного института брака мужчина и женщина могут ощутить благодать интимности. Как сказано в Коране:

> *Ваши жены – одеяние для вас, а вы – одеяние для них (2:187).*

После заключения семейного союза появляются новые стремления: желание иметь детей для полноценной семьи. На этой стадии возможны 4 сценария развития событий, каждый со своими психологическими последствиями: пара может оказаться бездетной, иметь одних сыновей, одних дочерей, или же и мальчиков, и девочек.

> *Аллаху принадлежит власть над небесами и землей. Он творит, что пожелает. Он одаряет, кого пожелает, потомством женского пола, а кого пожелает – мужского. Или же Он сочетает потомство мужского и женского полов, а того, кого пожелает, Он делает бесплодным. Воистину, Он – Знающий, Всемогущий (42:49–50).*

На свадьбе собственных детей родители обретают психологическое вознаграждение, надежду на появление внуков, осознание, что их существование продолжится в будущем.

Дети ощущают себя по–разному в семьях с одним ребенком и с братьями и сестрами, а также с бабушками и дедушками, тетками и дядьями. Дети наделены богатством, если растут в большой семье, и еще более богаты, если такие же большие семьи были у их родителей. Один и тот же мужчина может выступить в ипостасях мужа, отца, брата, сына, дяди, женщина – почувствовать себя женой, сестрой, матерью, бабушкой…

Семья однажды – семья навсегда!

Если мы завтра умрем, компания или организация, в которой мы работаем, найдет нам замену в течение нескольких дней, тогда как семья, которую мы покинем, будет ощущать потерю до конца своих дней. А мы отдаем работе куда больше сил и времени, чем семье, – как это глупо!

Анонимный интернет-пользователь

Мама, папа, я – счастливая семья.

Цели семьи исходя из Корана

Хорошая семья учит ценностям, которые не выучишь в школе

Решаясь завести детей, семья сталкивается с необходимостью расстановки приоритетов. Дети – это не только средство продолжить род и предотвратить вымирание человечества. Цели семьи должны распространяться куда дальше, чем просто воспроизведение себе подобных. Коран говорит:

> *О люди! Бойтесь вашего Господа, Который сотворил вас из одного человека, сотворил из него пару ему и расселил много мужчин и женщин, произошедших от них обоих. Бойтесь Аллаха, именем Которого вы просите друг друга, и бойтесь разрывать родственные связи. Воистину, Аллах наблюдает за вами (4:1).*

Человек появился из единого духа (*nafs*), из духа же была создана его спутница жизни, и от них пошли другие мужчины и женщины. Хотя аят говорит о единичном случае, его действие распространяется во времени и пространстве.

> *Аллах сделал для вас супруг из вас самих, даровал вам от них детей, внуков и наделил вас благами. Неужели они веруют в ложь и не веруют в милость Аллаха?(16:72)*

Мысль о том, что люди были созданы для выполнения определенной роли на земле, раскрывается в следующем аяте:

> *Вот твой Господь сказал ангелам: «Я установлю на земле наместника». Они сказали: «Неужели Ты поселишь там того, кто будет распространять нечестие и проливать кровь, тогда как мы прославляем Тебя хвалой и освящаем Тебя?». Он сказал: «Воистину, Я знаю то, чего вы не знаете» (2:30).*

Аят определяет роль человека на земле: доверенное лицо и наместник *(khalīfah)* Всевышнего. Функция такого наместника заключается в сохранении полученного *(ʻimrān)* и распространении справедливости *(ʻadl)*. Коран настаивает на том, что жизнь – это испытание, и мы здесь для того, чтобы служить одному Богу:

> *Я сотворил джиннов и людей только для того, чтобы они поклонялись Мне (51:56).*

Т.о., цели семьи таковы: служение Богу, наместничество, уважение к Божественной помощи и щедрости, поддержка родственных связей, соблюдение прав друг друга.

Всевышний подробно объясняет отношения между супругами, говоря о спокойствии, любви и сострадании:

> *Среди Его знамений – то, что Он сотворил из вас самих жен для вас, чтобы вы находили в них успокоение, и установил между вами любовь и милосердие. Воистину, в этом – знамения для людей размышляющих (30:21).*

Хотя Коран говорит о важности любви в семье, это не самая высокая любовь в жизни. Среди атрибутов Аллаха – Сострадание, Правосудие и Мир. На первом месте находятся любовь к Всевышнему и Его Посланнику:

> *Скажи: «Если ваши отцы, ваши сыновья, ваши братья, ваши супруги, ваши семьи, приобретенное вами имущество, торговля, застоя в которой вы опасаетесь, и жилища, которые вы облюбовали, милее вам, чем Аллах, Его Посланник и борьба на Его пути, то ждите, пока Аллах не придет со Своим велением. Аллах не наставляет на прямой путь нечестивых людей» (9:24).*

Основа жизни – любовь к нашему Создателю, и это – высочайшая ступень любви. Мы любим своих родителей, детей и близких, даже когда они поступают нехорошо по отношению к нам, именно потому, что любовь между людьми происходит и зависит от любви к Всесильному Богу. Он дарит нам Свои щедроты, даже когда мы поступаем неправильно.

> *О люди! Бойтесь вашего Господа, Который сотворил вас из одного человека, сотворил из него пару ему и расселил много мужчин и женщин, произошедших от них обоих. Бойтесь Аллаха, именем Которого вы просите друг друга, и бойтесь разрывать родственные связи. Воистину, Аллах наблюдает за вами (4:1).*

Твой Господь предписал вам не поклоняться никому, кроме Него, и делать добро родителям (17:23).

В этом круге любви и заботы мать опережает отца, и именно поэтому о ней следует заботиться в первую очередь. Когда некий человек спросил Пророка: «Кто достоин моей заботы и восхищения (*birr*) в первую очередь?», тот ответил: « Твоя мать, твоя мать, твоя мать; затем –твой отец» (Аль-Бухари).

Слуги Милостивого *(‘ibād al-Rahmān)* надеются на исполнение двух желаний – счастливой семьи и благочестивой власти:

> *Они говорят: «Господь наш! Даруй нам отраду глаз в наших супругах и потомках и сделай нас образцом для богобоязненных» (25:74).*

Поддержание атмосферы радости и комфорта – задача каждого в семье, включая родителей, дедушек и бабушек, детей и внуков. Вторая важная задача – воспитание благочестивых лидеров. Для ее достижения надо учить детей заботе о других, служению Творцу, бережному отношению к земле *(‘imrān*), любви к Богу и Его Посланнику. Если игнорировать эти важнейшие принципы, благополучие семьи будет недолговечным. Мы ощущаем родительское счастье, когда видим, что наши дети ведут себя правильно и соответственно их миссии.

Примите эти положения, постарайтесь их оправдать и объясните их своим детям по мере возмужания. Это способ заложить семена добродетели и достоинства в сердце и разум ребенка. Даже если дитя в процессе взросления забудет о Боге, семена веры прорастут и принесут плоды. Чистота веры в идеале должна быть передана ребенку с молоком матери. Заложите фундамент для формирования характера. Внушите ребенку правильные приоритеты в самом начале пути. Такая основа упрочит способность ребенка противостоять окружающим соблазнам.

В деле защиты общества мы не можем полагаться лишь на государственные институты. Внутренняя система ценностей ребенка, чувство самоуважения и сила самоконтроля – самые эффективные механизмы защиты. Дело родителей – помочь детям извлечь пользу из мудрости Божественного Откровения, придавая серьезное значение вере, честности и состраданию с начала их жизненного пути.

Что случилось с исламской семьей?

За последние десятилетия семейные ценности явно пришли в упадок. Рост числа разводов, неполных семей, сожительствующих пар и незарегистрированных браков, бедности и незащищенности сказался и на детях, и на родителях. К сожалению, не защищен от этих изменений оказался и традиционный мусульманский семейный союз. Кажется, что сама мусульманская семья задумана, чтобы быть образцом успеха и стабильности; однако же ее разрушению способствует целый ряд причин, и в первую очередь кризис всей уммы. Ухудшение экономических условий, недостаток образования, маргинализация искренней веры, – все эти факторы оказали на мусульманский брачный союз негативное влияние.

Коран советует мусульманам читать *(iqra')*, рассуждать *(ya'qilūn)*, думать *(yatafakkarūn)*, созерцать *(yatadabbarūn)* и осмыслять (*yafqahūn*). Почему же уровень неграмотности среди мусульман – один из самых высоких, и они погрязли в суевериях? В последние века мусульмане подвергались завоеваниям, избиениям, унижениям. Более того, лишенные своих земель, благополучия и надежды, они сформировали искаженный взгляд на мир, утратили чистоту своей культуры, снизили уровень уверенности в себе. Они потеряли свой характер и предпочитают деньги и власть моральным качествам и добру. Леность и жадность взяли верх над безопасностью и общими интересами. Умма столкнулась с коррупцией, болезнями, бедностью и голодом.

Бездумная погоня за материальным достатком и физическими удовольствиями деморализовала и родителей, и детей. Главный строительный материал общества – семейная ячейка – начал разрушаться. Вместо того чтобы воспитывать достойных граждан – смелых, творческих, уверенных в себе и ответственных за свои поступки, – мусульманские семьи взращивают все более избалованных и эгоцентричных детей. Такие дети способны только брать, но не давать, они зациклены на себе и не готовы быть заботливыми, они расточительны и даже опасны для общества, а не полезны для него.

Многие родители-мусульмане страдают от неграмотности, невежественности и апатии. Их дети порой не имеют возможности приобрести знания и навыки,

даже если стремятся к этому. Некоторые мусульманские государства остаются под властью тиранических режимов.

Многие мусульмане сталкиваются со следующими проблемами:

- Недостаток свободы мысли из-за идеологического гнета;
- отсутствие свободы слова;
- Недостаток возможностей для ведения и развития бизнеса из-за коррупции и плохого управления;
- ущемление прав женщин;
- невозможность реализовать политические свободы, выбирать своих лидеров.

Со всеми этими проблемами невозможно справиться мгновенно. Но мусульмане всегда могут начать с того, что в их власти – с улучшения воспитания своих детей. Чтобы вырастить благочестивых, успешных людей и хороших граждан, мусульманам необходимо отказаться от привычного авторитарного стиля воспитания и серьезно реформировать свои воспитательные принципы.

Развитие ребенка и прогрессивная система обучения

Нельзя сказать, что никаких попыток остановить деградацию мусульманского мира не предпринималось, и многие реформы даже были претворены в жизнь. Однако важный вопрос начального образования остался за рамками реформирования. Труд великих ученых, преданно и последовательно стремившихся возродить величие уммы, затронул многие дисциплины (включая теологию, философию, политику, социологию и экономику). К сожалению, недуги благочестивой нации не были вылечены; гигантский потенциал и возможности мусульманских обществ не были использованы эффективно. Разрыв между мусульманами и немусульманами в творческой активности, производительности и достижениях наук и технологий с десятилетиями только увеличивается. Задача ученых и преподавателей – найти причины этого и разработать решения, но уже сейчас понятно, что начинать надо с дошкольного и домашнего обучения. Пока детская психика и потенциал не окажутся в центре внимания родителей и педагогов-реформаторов, мусульманский мир будет продолжать страдать

от упадка и усталости.

Мусульманские реформаторы концентрировались прежде всего на ритуалах, их правовых и политических аспектах. Многие современные светские лидеры идут по другому пути и слепо копируют шаблоны западных коллег; народ остается с пустыми обещаниями и надеждами, которые никогда не исполняются. Религиозные реформаторы, переполненные эмоциями и сентиментальностью и вдохновляясь достижениями «золотого века Ислама», порой делают невразумительные предложения, но никогда не обращают внимание на роль женщин (жен и матерей) в воспитании детей. Следствием этого и явля-

ется недостаток литературы, посвященной детскому развитию, образованию и воспитанию. Отклик масс на призывы реформаторов, – и традиционно-религиозные, и современно-светские, – был слабым и инертным; большинство мусульман если и откликались, то не были способны на активные действия. Тем более не было предложено по-настоящему спланированных стратегий, основанных на развитой методологии и глубоком анализе проблемы: реформаторы недостаточно принимали во внимание комплекс и Божественных законов *(al-sunan al-Ilāhiyyah),* и естественнонаучных и гуманитарных наук.

Мусульмане должны осознать важность и последствия воспитания хороших детей. Большинство сподвижников Пророка к моменту призыва уже были взрослыми людьми, но их воспитали свободными, отважными, не задавленными тиранией. Когда Пророк начал свою миссию, ему было 40 лет, Абу Бакру – 37, Усману – 30, Умару – 26, Али – 8, а жене Пророка, Хадидже – 55. Пророк обращал внимание на важность правильного воспитания детей: «Лучшие из них до Ислама будут лучшими и после принятия Ислама, если они понимают его (Ислам)». Базовые качества личности были заложены в детстве, и неважно – в до-исламский или уже в исламский период.

Вере и навыкам ребенка можно обучить и позже, а плохой характер уже не исправить. Фундаментальные цели и ценности зафиксированы в Коране, но первые шаги к их достижению – на совести родителей. Родители должны стремиться к раннему развитию личности ребенка, привлекая психологию, социологию, общение и образование. Хотя основные человеческие нужды и ценности не меняются, следует внимательно изучить, развить и применить на практике имеющиеся модели воспитания.

Осознание важности хорошего воспитания и того, что положение народа в значительной степени зависит от подготовки детей, привело к созданию ряда курсов по реализации воспитательных навыков для родителей и тех, кто только готовится ими стать. Результаты их де-

ятельности необходимо донести до широких масс – очень уж дорого для нации обходится игнорирование этого пути развития.

Чтобы реформировать дошкольное обучение, необходимо учесть существующую систему образования мусульманского мира. Мусульманские школы критикуют за недостаток понимания детской природы, – например, детские игры часто рассматриваются в них лишь как зло. Учебный курс разработан без понимания ступеней детского развития; он принудительный, сухой и жесткий, не принимает в расчет детскую любознательность, подвижность, склонность к состязательности и активным играм; он основан на механическом запоминании и зубрежке.

В исламском мире исторически сложились два типа школьного обучения. Первый – сбалансированный образовательный курс, разработанный для детей правящей элиты и богачей. Их учили высококвалифицированные и отзывчивые учителя, называемые во дворцах *муаддиб (mu'addib)*. Целью такого обучения была «штучная» подготовка детей к заведомому лидерству. Такие правители, как Муавия ибн Абу-Суфьян, Абдул-Малик ибн Марван, аль-Хаджадж аль-Такафи, Гарун аль-Рашид и многие другие обучались у величайших учителей своего времени. Муаддибы имели возможность учить детей религиозным дисциплинам, литературе, наукам о культуре и прививать практические навыки. Естественным недостатком такого индивидуального образования было лишение ребенка плюсов обучения в группе.

Опрос, проведенный совместно «Вашингтон Пост» и Гарвардским университетом, выделил такие приоритеты множества мужчин и женщин: «Борьба с психическим и экономическим давлением, укрепление семейных уз, плодотворное общение с детьми, предпочтительное пребывание матерей дома». Хорошее воспитание, как ясно из отчета, находится на вершине приоритетов.

Журнал Al-Uzra, 2005

Полную противоположность этому типу образования представляли школы *kuttāb*, где учили только отрывкам из Корана и основам арифметики. Учитель применял физические наказания для соблюдения дисциплины, запрещал детям играть и использовал зубрежку как основной метод достижения результатов.

Подобная историческая двойственность системы образования сохраняется в некоторых мусульманских странах и

по сей день. Богатые родители посылают детей в частные школы на родине или за рубежом, бедные – в плохо оснащенные публичные школы. Частные гимназии обладают, как правило, неплохими финансовыми ресурсами и могут нанимать высококвалифицированных учителей, разрабатывать программы исходя из зарубежных образовательных наработок, преподавать дополнительные специальные дисциплины, а также предоставлять к услугам учеников лаборатории, наглядные пособия, библиотеки, компьютеры и спортивные площадки, о которых публичные школы могут только мечтать. К сожалению, эти дорогие частные школы выпускают учеников, равнодушно или презрительно настроенных по отношению к своей культуре, праву, религии.

Следует честно признать, что ни на Западе, ни на Востоке не существует сбалансированной системы воспитания.

Ребенок превращается в подлинную жертву плохого образования. Когда дети становятся взрослыми, сложно восполнить недостаток возможностей вырастить и образовать большую часть общества. Если мы хотим возродить умму, то обязаны изменить нашу систему воспитания так же, как систему школьного образования.

Существует острая необходимость сконцентрироваться именно на ранних годах жизни ребенка. Чтобы преуспеть, нужно обратиться к его первым учителям – родителям: без сомнения, они – учителя духа и строители характера.

Общество, которое жаждет изменений, должно осознавать, что воспитание – это ключевой фактор достижения благополучия: морального, духовного и материального. Для начала нужно реформировать наши представления о воспитании. Подход к воспитанию должен базироваться на сердце и разуме: разум обращается к причинно-следственным связям, логике и разработке стратегий, сердце – к чувствам, любви, такту и интуиции. Полноценное воспитание должно включать и научные знания, и художественное чутье.

Строительство цивилизации *(ʿimrān)* нуждается в институтах, которые могут быть успешны, только если будут управляемы честными, творческими, проверенными людьми, работающими в тесном контакте. Воспитание сильных умом и телом личностей лучше всего доверить родителям. Эту задачу нельзя перекладывать на школы, СМИ, правительство, хотя все они могут помочь.

Никто не способен лучше защищать интересы детей, чем родители. Родительские чувства характеризуются великой жертвенностью и отдачей: каждый человек желает себе самому быть лучше всех, но только родители могут пожелать детям быть лучше, чем они сами. Подготовленные родители будут искренне приносить себя в жертву и делать все возможное, чтобы правильно воспитать детей. Когда с родителями говорят о том, что лучше для их детей, они слушают; они только должны понять, как им этого достичь. Предупредить родителей об их ответственности – первый шаг. Воспитание детей – задача на всю жизнь, не только на первые пять лет, хотя они наиболее важны. На этой ранней фазе только родители являются главным авторитетом, но и позже они могут эффективно влиять на формирование характера и стиля жизни детей, мудро направлять их.

Семейный союз в США

Показатели беременности подростков значительно упали в США с 1990х: частота наступления беременности снизилась на 51 процент, и уровень рожающих подростков – на 57 процентов (Национальная конференция государственных органов законодательной власти 2015). Несмотря на это, показатели остаются самыми высокими в мире среди промышленно развиты стран. Примерно одна из 4 девочек беременеет до 20 лет хотя бы один раз. Многие американцы планируют развлечения на выходные лучше, чем свои семьи. В своей книге «Нужна деревня, чтобы вырастить ребенка» (1996) бывший госсекретарь Хилари Клинтон заявляет, что число внебрачных рождений возросло с пяти процентов в 1960 году до 25 процентов в 1996 г. По данным бюро переписи населения США, в 2014 году это было 40,6 процентов. Двадцать один процент детей до 18 лет живут в бедности (США, бюро переписи населения). США имеет самый высокий уровень убийств среди детей среди западных стран.

Они занимают седьмое место в мире по убийствам вообще среди людей в возрасте 0-19, с более чем 3000 убийств, совершенными молодыми людьми, зарегистрированными в 2012 году (UNICEF 2014). По данным CDC (Центр по контролю и профилактике заболеваний), в 2013 году самоубийства была второй ведущей причиной смерти среди лиц в возрасте 15-24 (4878 смертей) и третьей ведущей причиной смерти детей в возрасте 10-14 (386 смертельных случаев). Из 1659 случаев смерти в результате самоубийства среди 15-19-летних в 2010 году, 40 процентов были с применением огнестрельного оружия. США имеет самый высокий уровень владения оружием в мире - в среднем 88 на 100 человек (The Guardian 2012). В 2011 году 5 процентов старшеклассников проносили оружие на территорию школы (Национальная ассоциация школьных психологов). США имеет наиболее высокий процент убийств с применением огнестрельного оружия на душу населения среди всех развитых стран (The Washington Post 2012). Есть и другие негативные проблемы. Дети, богатые и бедные, страдают от жестокого обращения, пренебрежения и предотвратимых эмоциональных проблем. Ожирение у детей и подростков удвоилось более чем в четыре раза за последние 30 лет. В 2012 году более одной трети детей и подростков имели избыточный вес или страдали ожирением (CDC(Центр по контролю и профилактике заболеваний)).

В 99% американских домов есть телевизор и более половины всех детей имеют телевизор в своих спальнях. Просмотр телевизора является наиболее частой активностью детей, после сна. Американские дети проводят в среднем четыре часа у телевизора в день, то есть примерно 28 часов в неделю, что занимает больше времени, чем они проводят в школе. Типичный американский ребенок видит более 200 000 актов насилия, в том числе более 16 тысяч убийств в возрасте до 18. Телевизионные программы отображают свыше 812 актов насилия в час; детские программы, в частности, мультфильмы, отображают до 20 насильственных действий каждый час (Американская академия детской и подростковой психиатрии). Фильмы, музыка, видео, видеоигры и Интернет все также содержат высокий уровень насильственных действий, совершаемых в молодежной среде. Многочисленные исследования показали, что основными результатами медиа-насилия являются агрессия, потеря чувствительности и страх. Несколько крупных исследований также связывают слишком частый просмотр телевизора с низкой производительностью в школе, проблемами с концентрацией внимания и диагностированными проблемами, такими как синдром дефицита внимания с гиперак-

тивностью. 2008-2009 Национальное обследование Фонда семьи Кайзер показало, что 8-18-летние в среднем 7 часов и 38 минут в день используют различные средства массовой информации, но т.к. они часто используют более одного гаджета в это время, то в общей сложности тратится 10 часов и 45 минут в этот промежуток.

Как, например, объяснить ребенку, что Уотергейтский скандал 1972 г. был спровоцирован противозаконной прослушкой в штабе Демократической партии США, если он видел множество подобных же вторжений по телевизору и считает это героическим поступком? Дети не воспринимают убийство как преступление – то, что ежедневно можно увидеть на экране по много раз, становится частью повседневной жизни.

Родители должны знать о той информации, с которой сталкиваются их дети, и активно требовать уменьшения потока негатива. Огромное количество литературы по воспитанию, доступной в Америке, не производит должного эффекта. Мы должны понять, почему, несмотря на такое количество советов и исследований, западное воспитание терпит крах.

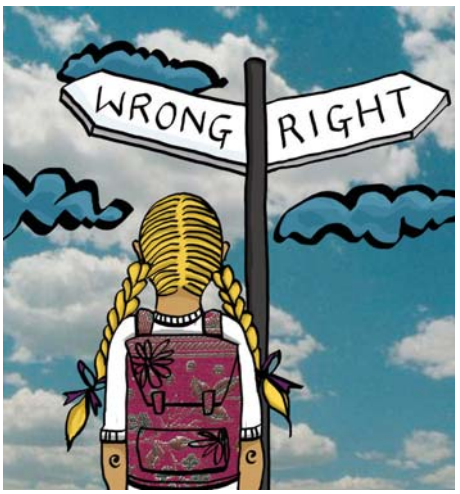
Голливуд приучает обращать внимание на внешность, а не на интеллектуальные достижения или моральные качества. В общественных парках стоят обнаженные статуи. На конкурсах красоты оценивается только совершенство тела, а не духовность и поведение. Это настолько прибыльное занятие, что существуют даже конкурсы красоты кошек и собак! Ислам утверждает, что Бог прекрасен и Он любит Красоту; но имеется в виду красота характера, моральных норм и ценностей!

Когда речь идет о проблемах семейных отношений, наркомании, сексуальной распущенности, то сам угол зрения на эти вопросы диктует поиски решений. Если мы считаем проблемы экономическими, то решение лежит в области финансов; если это болезни общества, то нам нужны инструменты социального воздействия; если проблема физическая, то и ответ следует искать в самой природе.

Например, считается, что проблема наркотиков заключается в их производстве, а не в употреблении, поэтому государства тратят огромные ресурсы на борьбу с наркотрафиком. Основное внимание отдается экономической стороне проблемы. На деле это не помогает, и наркобароны продолжают богатеть на своей грязной торговле.

Пришло время отнестись к проблемам не только с позиций финансовых затрат или выгод, но как к моральным, духовным и социальным факторам и решать их соответственно.

Расхожие заблуждения о воспитании в США



Расхождение целей и средств в американском обществе создает путаницу в сознании детей. В книге «Почему Джонни не отличает плохое от хорошего» (1993) Вильям Килпатрик демонстрирует, что родители хотят от своих детей честности, ответственности, порядочности, самоконтроля и уважения. Что же мешает родителям развивать эти качества в своих детях? Ответ отчасти лежит в ряде распространенных мифов о воспитании. Мы рассмотрим их подробно в отдельной главе, но здесь приведем несколько наиболее характерных для американской семьи примеров.

а) **США появились благодаря идее жесткого индивидуализма, поэтому теперь дети должны воспитываться без принуждения.**

Представим, что некий человек сбежал от власти, ушел в лес, построил дом, нашел пищу и стал жить-поживать, защищая свою семью от зверей, воров и правительства. Некогда христианские пилигримы пришли на территорию Тринадцати колоний, большая часть которых тогда не имела устойчивого прави-

тельства, чтобы избежать притеснения властей Англии, Франции и Германии. Многие американцы, извлекая пользу из идеи ограничения государственной власти, считают, что детей надо воспитывать так же – без авторитетного руководства или с ограничением такового. Но дело в том, что детям, в отличие от взрослых, просто необходимы родительский авторитет, опыт и забота, чтобы вырастить из них любящих людей.

b) **Миф о «плохом хорошем мальчике».** Американская культура насаждает образ «плохого мальчика», который оказывается вполне положительным героем. Показательные примеры из прошлого – герои американской литературы Том Сойер и Бастер Браун; сегодня им вторят маленькие негодяи Деннис-мучитель, Барт Симпсон и другие симпатичные хулиганы из фильмов и телевизионных передач. Эта традиция имеет огромное влияние на детские умы: слово «повиновение» получает в детском словаре негативный оттенок.

c) **Миф, что любовь сама по себе сбережет детскую «природную доброту».** Еще в XVIII в. французский просветитель Ж.-Ж.Руссо высказал идею, что добродетель сама позаботится о себе, если детям позволить расти, как им вздумается. Родителям нужно только «любить» детей: любовь, по Руссо, означает отсутствие вмешательства и полную свободу.

d) **Миф о том, что специалисты всегда правы и никогда не ошибаются.** Родители отреклись от своих обязательств и отдали воспитание детей на откуп «экспертам». Большинство профессиональных воспитателей проповедуют миф о «природной добродетели», так что возникает ситуация, когда один миф вырастает из другого. Эксперты слишком много внимания уделяют развитию уникальности, творческих начал и спонтанной природе детского характера; многие специалисты советуют родителям просто приспосабливаться к детям вместо того чтобы учить детей соблюдать правила и уважать авторитет.

e) **Миф о том, что моральные проблемы неотделимы от психологических.** Проблемы детского поведения объясняются нарушением самооценки или неудовлетворенными психологическими нуждами. Многие эксперты не согласны с идеей, что большинство случаев неправильного поведения являются результатом желаний или явного детского упрямства. Многие книги посвящены «самооценке», в то время как слово «характер» нигде не встречается. Стоит отметить, что анализ подборок статей о воспитании детей в журналах «*The Ladies' Home Journal*», «*Women's Home Companion*», «*Good Housekeeping*» («Женский домашний журнал», «Женский домашний справочник», «Домоводство») за 1900, 1910 и 1980 гг. показала, что треть из них была посвящена именно развитию характера ребенка.

f) **Миф о том, что «родители не имеют права вкладывать свои ценности в детей».** Некоторые утверждают, что дети должны развивать свои собственные ценности. На деле у детей мало шансов это сделать, – ведь другие люди в обществе тоже хотят устанавливать свои ценности. Неужели это не глупо – родители будут стоять в стороне и сохранять нейтральную позицию, в то время как все прочие (от сценаристов, артистов эстрады, рекламодателей до учителей сексуальной грамотности) пытаются навязать их детям свои взгляды? Один из способов определить ценности – подумать о грехах.

g) **Миф о том, что неполная семья может быть также хороша, как и полная.** Формирование характера – сложная задача, даже если знать, как это делать. Развод усложняет формирование характера ребенка. Статистика разводов пугающая, она охватывает половину американских семей. Дети из неполных семей находятся в большей опасности стать жертвами наркотиков, преступлений, эмоциональных проблем и нежелательных беременностей.

Признавая это, мы, тем не менее, утверждаем, что дети из всех семей имеют одинаковые шансы на положительное психологическое развитие. Британский психиатр Д.В. Винникот использовал

характеристику «достаточно хорошая мать», имея в виду, что для развития здоровой личности ребенка матери достаточно относиться к детям с «материнской озабоченностью, имеющей главное значение». Это также относится и к отцам и матерям в неполных семьях. Родитель, заботящийся о своих детях, даже если он одинок, конечно, лучше, чем родитель в полной семье, не заботящийся о детях. Более того, если одинокий родитель получает помощь членов большой семьи и имеет дружелюбно настроенное окружение на работе (если работает), то может сделать для воспитания куда больше, чем равнодушный родитель из

полной семьи (выше мы уже говорили об одиноких родителях).

h) **Миф о «чисто светской семье» как лучшем примере для подражания.**

В еврейской, греческой и римской культурах и даже в Америке в XVIII–XIX веках представление о святости семейного очага было правилом, а не исключением. В доме проводилось множество ритуалов, читались Писания. Значение дома выходило за рамки здания и совместного проживания. Понимание семьи как сакральной в самой себе и одновременно включенной в еще большее сакральное обрамление добавляло авторитет родителям и силу семейным узам.

Семьи, которые преданны детям, стараются заложить в них понимание включенности в единый процесс: они продолжают веру, традицию, ремесло, философию или понимание того, какими вещи должны быть. К сожалению, многие семьи сегодня ни о чем не заботятся. Никаких «маленьких храмов» или «маленьких государств», – скорее «маленькие отели и рестораны»: место, где кто-то временно останавливается без всякого ощущения единства. Семейные ценности и этические принципы стали тривиальны, превратились в маргиналии.

Какие факторы трансформировали семью из общины в собрание индивидов, каждый из которых заботится только о своем удобстве? Можно обвинить в этом многих современных американских психологов: они делают упор не на семью и брак, а на разделение и индивидуализм. Альфред Адлер, создатель одной из основных современных теорий американской психологии, назвал ее «индивидуальной психологией» (гуманистическое изучение тенденций, чувств, эмоций и воспоминаний в контексте полного жизненного плана субъекта). Др. Сардар Танвир, профессор Университета Цинцинатти, утверждает, что категории «я» и «сам» насаждаются учителями в школах: «Решать должны вы сами, а не ваши родители», «Делайте, как вы сами хотите». Например, девочка заявила бабушке: «Ты не можешь мне указывать, ты даже не моя мать!», на что бабушка возразила: «Но я – мать твоей матери!» (семинар в центре ADAMS, 1997)

В подлинно духовном окружении дети «получают указания» не от родителей, но скорее все члены семьи сверяются с Богом и действуют исходя из своего понимания заповедей Всевышнего, изложенных в священных книгах. Наличие ясных религиозных правил, объясняющих отличие плохого поведения от хорошего, делает религиозное воспитание более авторитетным, чем воспитание вне религии.

Религиозная модель воспитания очень распространена на Востоке, где сохраняется традиционное понимание семьи и семейных ритуалов. В Америке же эта традиция совершенно рассеялась, и едва ли не единственным семейным ритуалом стал совместный просмотр телевизора. Этот «ритуал» высмеивается в мультсериале «Симпсоны», который по иронии судьбы тоже показывают по телевизору. Но, несмотря на это, было бы ошибкой утверждать, что восточные культуры лучше западных.

Семейные узы в Америке сильно ослабели с распространением «брачного контракта»: собственные интересы ста-

новятся на первый план и заменяют положение об абсолютных обязательствах. С нашей точки зрения, если члены семьи воспринимают ее как акционерное общество, созданное для удобства, а не по принципу любви и долга, то семья обречена. Воспитание детей, поддержка отношений в браке, – все это требует постоянной жертвенности, которая выглядит иррациональной с позиций товарно-денежных отношений.

> Однажды человек пришел к Умару ибн аль-Хаттабу и сказал, что хочет развестись с женой, т.к. не любит ее. Умар ибн аль-Хаттаб сказал: «Горе тебе! Разве семьи строятся только на любви? А как же твоя роль пастыря и забота?»
>
> Al-Hashmi, 1999

Американские семьи, живущие по заветам христианства, молятся перед едой и перед сном и посещают литургии, следуя церковному календарю. Все эти действия наполняют их дом смыслом и значением. Дом становится центром духовной жизни, сакральным местом, а главным в воспитании детей – моральное и духовное развитие ребенка. Особое внимание уделяется почитанию старших, дедушек и бабушек, других родственников. Члены семьи тесно общаются друг с другом, и религиозные праздники становятся поводом для счастливого воссоединения. Ничего удивительного, что и дети из ортодоксальных иудейских семей реже сталкиваются с наркозависимостью, насилием, безответственным сексом и другими бедами, обычными в мегаполисах. То же можно сказать и о традиционных мусульманских семьях.

Уроки массового убийства в школе «Колумбайн»

20 апреля 1999 г. в Литтлтоне, штат Колорадо, в школе «Колумбайн» произошло нападение учеников на своих товарищей и преподавателей с применением стрелкового оружия и самодельных взрывных устройств. 15 человек погибли, 26 были ранены, около сотни получили травмы. Несколько подобных инцидентов имели место в школах Джорджии, Кентукки, Арканзаса и Виргинии. Некоторые видели причину подобных происшествий в проблемах в семье, другие говорили об избытке насилия в СМИ, третьи считали, что корень проблемы – в доступности оружия. Но кое-что было забыто: *персональная ответственность за действия.* Верования, намерения и личная

позиция имеют свои последствия. Не надо забывать о следующем:

- человеческое общение, образование и влияние друг на друга должно проповедовать достойные ценности;
- дети должны четко знать, что хорошо, а что плохо;
- релятивистское представление о правде создает в обществе анархию: релятивисты утверждают, что плохое и хорошее зависят от обстоятельств, а не от вечных принципов;
- здоровый ребенок должен учиться ключевым универсальным ценностям – правде, честности, правосудию и миру;
- добро и зло не должны иметь одинаковых шансов для существования и развития. Мы должны вкладывать в детей правильные убеждения и с корнем вырывать негативные влияния.

Вместо того чтобы защищать преступников, выставляя их жертвами общества, следует учить людей ответственности за свои поступки. Нужно сверяться со своими принципами. Не стоит утверждать, что кто-то на нашем месте поступил бы так же или даже хуже. Пока полноценному воспитанию не будет уделено достаточно внимания, подобные инциденты будут происходить снова и снова.

Учить ценностям: дебаты консерваторов и либералов

В статье «Единственный способ научить детей ценностям – помочь их открыть» (Chicago Tribune, 1998). Эрик Цорн пишет: «Социальные консерваторы придают особое значение развитию добродетелей, этического мышления и обусловленного моралью поведения. Дети не могут по мановению волшебной палочки обзавестись этими качествами, так же как не могут вдруг выучить математику. В эпоху разрушенных семей, занятых родителей и облегченных норм поп-культуры возлагать все надежды по воспитанию характера на внешкольную среду – по меньшей мере наивно».

Эрик Цорн поддерживает идею воспитания характера в школе. Он отмечает, что левые препятствуют распространению таких программ в школах, поскольку подобная система образования не позволяет готовить покорную, бездумную, узколобую и радикально настроенную массу. Дети, которые растут без воспитания моральных ценностей, так же ущемлены, как и бедные, больные, бездомные или подвергнувшиеся насилию.

> Никто не ожидает, что дети сами догадаются о правилах арифметических действий. Аналогично и с этикой, моральными нормами и ценностями – им детей должны учить родители.

Цорн цитирует Ларри Нуччи: «Развивающаяся позиция компромисса отдает себе отчет в том, что детей нельзя научить правде «с ложечки». Их надо стимулировать думать над правдой и открывать ее. С другой стороны, они не взрослые, и роль направляющего очень важна. Общество должно иметь общепризнанные ценности – никто не может свободно их себе выбирать». Алфи Кон отмечает, что очень сложно сделать это, не превратив подобное образование в «собрание проповедей и насаждаемых стимулов, созданных, чтобы заставить детей трудиться и делать, что им велят». Кон говорит, что применяемый сейчас в области морального образования «метод кнута и пряника» заставляет детей думать, что добродетель – это «безусловное приятие уже готовых принципов». Этот способ понимания не пускает глубоких корней в характере отдельно взятого индивидуума и не ведет к формированию способности сопереживать,

сомневаться и других сложных моральных навыков.

Внимание школы к воспитанию характера – необходимая мера, и это безусловно лучше, чем отсутствие его вовсе. Золотая середина должна быть следующей: не принуждать детей к приятию каких-либо ценностей, но и не бросать их без помощи и поддержки, т.к. они молоды и беспомощны. Родители имеют все возможности, чтобы помочь детям искать и выбирать этические принципы самостоятельно.

Существует много проблем, с которыми сталкиваются семьи вне зависимости от места жизни. Безусловно, одним семьям приходится труднее, чем другим. Урбанизация, индустриализация и секуляризация оказывают огромное влияние на семьи, проживающие в городах. Вот только некоторые этические проблемы мегаполисов США, как это было отмечено авторами:

- внебрачный секс стал привлекательным, манящим и доступным; беспорядочные половые связи редко вызывают осуждение. Сексу до свадьбы не придается особого значения. Презервативы раздаются в школах и даже некоторых церквях;
- смешанные танцы, плавание и музыка, пробуждающая сексуально вожделение, приобретают все большее распространение;
- свидания, которые включают физический контакт (поцелуи, объятья), стали частью повседневного общения, и родители учат этому детей как норме;
- нормальным считается обнажаться в публичных раздевалках и душевых. В некоторых школах туалеты могут не иметь дверей; отсутствует приватность и в ванных;
– некоторые учителя говорят детям, что «надо делать, как хочешь и чувствуешь» без моральных ограничений, и что похоть и вожделение надо выпускать наружу и удовлетворять. Они также говорят, что не Бог, а индивидуум является для себя главным судьей;
- распитие спиртных напитков является нормой и даже рекламируется;
- злоупотребление наркотиками процветает. В США оружие и насилие распространены в школах и среди детей в общественных местах. Телешоу пропагандируют насилие;
- широко распространены аборты. Размер семьи сокращается;
- люди носят обтягивающую одежду, женщины ярко красятся и душатся, чтобы привлекать мужчин. Многие носят открытую соблазнительную одежду. При этом ранние браки осуждаются, что приводит к беспорядочным сексуальным связям;
- увеличивается число разводов и неполных семей;
- дети, которые сами имеют детей,
- уже распространенное явление. Осуждение подростковых браков ведет к росту числа незамужних матерей. Для сравнения: в 1950-х гг. 85% матерей-подростков были замужем (Olasky 1995);
- гомосексуализм стал легальной практикой. Многие штаты легализуют однополые браки;
- многие пожилые граждане содержатся в домах престарелых, а не живут с детьми и внуками;
- девственность до свадьбы стала редкостью. Девственная девушка после 20 лет уже кажется «невостребованной», непривлекательной. Большинство практикуют секс до брака; целибат – удел меньшинства;
- семья деградирует, и семейные узы *(silat al-rahm)* и ценности становятся слабее;

- получение сексуального удовлетворения с любым желающим этого человеком считается личным делом каждого;
- распространены болезни, передающиеся половым путем, включая СПИД;
- семьи часто переезжают с места на место, они крайне мобильны;
- женщины вынуждены полагаться только на себя, и никто из родственников не обязан быть их помощником и защитником, ни морально, ни финансово;
- мужчины и женщины более независимы и готовы рисковать. Во многих семьях работают оба родителя;
- различия между мужчинами и женщинами стали меньше.

С положительной стороны, городские семьи в США и Великобритании имеют много преимуществ, засвидетельствованных авторами:

- больше уважения к правам других, цивилизованного взаимодействия;
- более высокий уровень жизни;
- более высокий уровень грамотности;
- налаженная работа социальных институтов даже на фоне ослабления семейных связей;
- больше свободы и альтернатив для достижения своих целей.

Для сравнения можно привести следующие характеристики традиционных исламских семей:

- распространенность брака между родственниками;
- преимущественная авторитарность семей. По сравнению с США дети недостаточно уверены в себе, робки и не готовы к проявлению инициативы, боятся вступать в конфликты со взрослыми и лидерами;
- восприятие прочных семейных уз как единственной гарантии защиты;
- подавляющее влияние мужчин, патриархальность: семьей, как правило, управляет единоличный глава, не консультируясь ни с кем;
- некоторые мусульманские семьи недружелюбны и негостеприимны; они воспринимают религиозные события не как радостные духовные празднества, а как жесткие ритуалы. Все больше и больше мусульманских семей живут в городах, и следует от-

дельно отметить трудности, характерные именно для мегаполисов.

Истории мусульман, живущих в Британии

Бакри из Мосула, Ирак, – слушатель военного колледжа в Англии. В душевой колледжа все моются обнаженными, кроме него, – он не снимает белье. Ему пришлось объяснять офицеру, что мусульмане не обнажают срамные части (‘awrah), поскольку для них важна приватность.

Мухаммеда, учившегося в Университете Бирмингема, Англия, его домовладелица спросила: «Почему у тебя нет девушки? Ты гомосексуалист?» Ему пришлось объяснить, что секс в Исламе разрешен только между супругами.

Эти характеристики не значат, что какая-то из систем лучше или хуже. Они приведены, чтобы читатели задумались и взяли лучшее из обеих систем. На деле влияние западной системы воспитания на мусульманские семьи весьма значительно, и результаты этого влияния как позитивны, так и негативны.

В светской системе образования Бог перестал быть последней инстанцией, доминирующей идеологией сделался материализм. Научное понимание универсума свелось к установлению причины и следствия. Наука совершает новые и новые удивительные открытия вселенной, но так и не выработала всестороннего и сбалансированного взгляда на мир, включающего и видимую, и невидимую его части.

Мусульманский взгляд на мир включает Единство Бога *(tawhīd)*, доверие *(amānah)*, возможности для развития мира *(‘imrān – istikhlāf)* с полной ответственностью за будущее.

Западное влияние на мусульманское воспитание

Засилье западных СМИ, светских образовательных программ и психологических практик повлияло и на мусульманские семьи.

В книге «Пути к свободному мусульманскому образованию в мусульманских государствах» Абу Аль-Хасан Аль-Надви призывает к взвешенной реформе образовательной системы. Он отмечает негативное влияние западных систем обучения, которые дестабилизируют личность и ослабляют веру. Уже выросло целое «потерянное поколение», испорченное администраторами и руководителями школ, представители которого сражаются с религией, преследуют верующих, приводят свои страны к экономическому кризису. Перенесение западных стандартов на мусульманское общество приводит к тому, что молодые люди смущены, не способны бороться за моральные принципы, не могут разработать сбалансированный взгляд на мир, в котором материальное дополнялось бы духовным.

То, что хорошо в других условиях, не всегда подходит для мусульманских детей. Когда американские ученые высказываются на тему успехов японских школ, они не учитывают, что японский опыт не может быть перенесен в США в силу различий культурной среды. Слепое копирование без учета особенностей может вызывать проблемы. Воспитание – деликатная задача, к которой стоит подходить со знанием и мудростью.

Различные народы реагируют на вторжение западной модели по-разному. Профессор Али Музруи (Нью-Йоркский университет) приводит следующие данные: в ответ на вопрос: «Можем ли мы модернизировать экономику, не перенимая при этом культурную модель Запада?», – в Японии, Турции и странах Африки появились три разных сценария.

Японцы сказали: «Да, мы можем иметь западную технику и сохранять японский дух». Мустафа Кемаль Ататюрк считал: «Нет, внедрение западной культурной модели – единственный путь к модернизации». Постколониальная Африка предпочла «культурную модернизацию по западному образцу» без экономической составляющей, самый худший из всех путей (Сборник Ассоциации мусульманских социологических наук, 2002).

Воспитание детей в Британии и США

Фонд ЮНИСЕФ составил рейтинг стран на основании 6 параметров – материальное благосостояние, здоровье и безопасность, качество образования, отношения в семье и коллективе, комфорт и риски, субъективное представление молодых людей о благополучии. В Британии и в США две трети показателей оказались ничтожно малы (Отчет ЮНИСЕФ, 2007). Несмотря на высокие показатели благосостояния нации, экономическое неравенство и формальность общественной поддержки семей и их нужд в США и Соединенном Королевстве привели к тому, что дети страдают больше всех. Выходит, Америка и Англия не вкладывают в детей столько, сколько страны континентальной Европы? Вот частные категории, отраженные в опросе:

Количество тех, кто обедает вместе с семьей хотя бы несколько раз в неделю	Количество детей, которые поддерживают добрые отношения и оказывают помощь другим детям
Уровень здоровья	Социально-медицинское обслуживание в дневное время
Превентивная забота о детях	Здоровье и безопасность
Неполные семьи	Детская смертность
Рискованное поведение детей	Вакцинация от детских болезней
Употребление алкоголя	Насильственная смерть и смерть от болезней в возрасте до 19 лет
Рискованное сексуальное поведение	Случаи насилия за прошедший год
Процент детей, которые живут в неполных семьях или с приемными родителями	Детские жалобы за последние 2 месяца

Свобода или правда?

Одна из основных категорий, на которые необходимо обращать внимание при воспитании детей, – личная свобода. В современных индустриальных странах свобода становится объективной ценностью, самоцелью. Многие родители предоставляют детям практически неограниченную свободу, что заканчивается в лучшем случае эгоистичными желаниями детей. Неконтролируемые желания опасны, т.к. они исключают Божественные заповеди и чувство сострадания, и человек начинает рабски предаваться наслаждениям материальной жизни. Развлечение и веселье становятся для ребенка наркотиком и смыслом жизни.

В Исламе приоритет отдается личной ответственности и надежности, которую нельзя заменить лозунгом «живем сегодняшним днем». Коран так описывает этот феномен:

> *Видел ли ты того, кто обожествил свою прихоть? Аллах ввел его в заблуждение на основании знания, запечатал его слух и сердце и бросил на его взор покрывало. Кто же наставит его на прямой путь после Аллаха? Неужели вы не помяните назидание?*
> *Они сказали: «Есть только наша мирская жизнь. Мы умираем и рождаемся, и нас не губит ничто, кроме времени». У них нет об этом никакого знания. Они лишь делают предположения (45:23–24).*

Свобода от желания приносит внутренний мир

Лао-Цзы, основатель даосизма, VI век до н.э.

Главная и лучшая победа – победа над собой

Платон, греческий философ

Свобода – великий дар, который нельзя расточать только на удовольствия, забывая о добре и зле. Свобода – великий идеал, с ее помощью мы можем искать истину, найти и принять ее. Когда свобода используется мудро и для нужных целей, она становится великим даром Создателя, и человек сам выбирает правильное и верное, легко отказываясь от злого и разрушительного.

Ребенка надо направлять, чтобы он развил в себе хорошие качества и считал поиски истины высочайшей ценностью своего сознания – это должно прийти раньше, чем свобода. Каждая система в мироздании имеет свои границы, и свобода должна быть подчинена порядку и быть конструктивной, основанной на моральных нормах. Родители ответственны за развитие в детях правильных отношений и убеждений, основанных на проверенных временем священных книгах и заповедях, открытых нам пророками (мир им!).

Чтобы использовать свою свободу для прославления Бога, мы должны не только развивать Божественные знания, но также и знания человеческой при-

роды. Объединение этих двух знаний позволит нам не действовать вслепую, не разрушать окружающий мир и себя. Всевышний знает лучше, и только Он может показать нам верный путь; а с помощью исследований и научных экспериментов мы со временем приблизимся к Божественной правде и найдем верные ответы.

Семью можно рассматривать как пример именно такого подхода. Многие современные психологи и социологи говорят, что общество рухнет без семейного союза. Если бы человечество с древних времен не осознавало необходимости семейных институтов, возможно, сейчас не существовало бы и жизнеспособных обществ. Многие основные ценности, такие как честность, уважение к жизни и имуществу других, сексуальные ограничения, равенство и свобода от давления, – фундаментальные нормы, необходимые для существования человека; без этих ценностей общество не может процветать, и лучше всего эти ценности развиваются именно в семье. Они настолько важны для человечества, что вместо того чтобы сидеть и ждать, когда ученые поймут их природу (если это вообще случится), они должны быть интегрированы в нашу сущность, в наше естество (*fitrah)*, представлены именно как ценности, появившиеся с началом существования людей, и только тогда общество сможет процветать.

Безусловно, вовсе не случайно пророк Адам, отец всех людей, и Ева, мать человечества, были обучены этим основным ценностям, дабы могли вложить их и в своих детей, а значит, – передать всем последующим поколениям. Бог показывает святость жизни в истории Каина и Авеля. Только представьте, где бы были мы сейчас, если бы Адам, Ева и их дети были алкоголиками, наркоманами и/или распутниками! Без Откровения человечество бы вымерло. Правильно осознанная свобода приводит к появлению в цивилизованном обществе детей, обладающих самоконтролем, правильным поведением и соответствующим образом поступающих с окружающей средой, – т.е. способных передать жизнь следующим поколениям.

Мироздание совершенно: клетки, атомы, галактики составляют системы высочайшего порядка, которые функционируют в определенных границах по неизменным законам. Нарушение этих границ приводит к хаосу. Всевышний создал мироздание сбалансированным и гармоничным по принципу взаимопроникновения и взаимодополнения частей. Этот баланс отражен в аятах Корана:

> *Солнце и луна движутся согласно рассчитанному порядку.*
> *Травы (или звезды) и деревья совершают поклоны.*
> *Он возвысил небо и установил весы, чтобы вы не преступали границы дозволенного на весах. Взвешивайте беспристрастно и не занижайте вес (55:5–9).*

Ключевые ценности должны сберегаться любой ценой. Люди не должны совершать самоубийство, даже если жаждут избавления от трудностей. Они должны удерживаться от инцеста, как бы доступен тот ни был. Они не должны превращаться в алкоголиков и наркоманов, разрушая себя, свои семьи и свое общество. С древнейших времен посредством Божественного Откровения человечеству даны ориентиры. Человеческое знание ограничено, и может пройти много времени, прежде чем большинство людей полностью осознают значимость семьи и разрушительную

силу расизма, суицида, алкогольной и наркотической зависимости, измен.

Божественная помощь и направление с самых первых шагов человека на земле призваны предупредить об этих гибельных практиках и помочь человечеству достичь высочайших вершин.

На семинаре в МИИМ Джеральду Ф. Дирксу, бывшему дьякону Объединенной методистской церкви, принявшему Ислам в 1993 г., был задан вопрос, – какую наиболее важную реформу он мог бы предложить церкви? Он ответил: «Изгнать недуг релятивизма в вопросе ценностей и морали, которые продолжают чудовищно искажаться без ограничений».

Послание остается неизменным, вне зависимости от желаний молодого поколения. В конце концов, и основные нужды человечества остаются прежними. В условиях урбанизации и индустриализации семью нужно сохранять и защищать, иначе неизбежна деградация. Мусульмане могут взять все хорошее от западных свобод, чтобы преодолеть авторитарный способ мышления и управления, который поработил их и заставил слепо следовать западной же модели развития. Мусульмане утратили собственный уникальный взгляд на мир и оценку себя как строителей цивилизации. Система *ʿadl u shūrā* (правосудие и совет), которая призвана регулировать экономические и политические вопросы, а также система социальной солидарности – включая семью и воспитание, – замещены тиранией.

Западу следует пересмотреть свою систему неконтролируемой свободы, так же как мусульманским обществам нужно освободиться от излишне строгих и давящих регуляторов. Двум цивилизациям нужно учиться лучшему друг у друга и согласовать свои концепции и действия на основе Божественного Откровения.

ИСТОРИЯ РОНАЛЬДА КЕЛЛЕРА

«Я родился в 1954 г. в деревне на северо-западе США и воспитывался в строгой католической семье. Церковь дала мне духовный мир, более реальный, чем физический мир вокруг меня, который в детстве не подвергался сомнению; но чем старше я становился, особенно после поступления в католический университет, чем больше я читал, тем больше подвергал сомнению свое отношение к религии и вере.

Одной из причин этого стали изменения в католической литургии и ритуальной практике после Второго Ватиканского собора 1962–1965 гг., продемонстрировавшего, что Церковь не имеет непоколебимых стандартов. Духовенство все больше говорило о гибкости и реорганизации, но для обычных католиков подобные разговоры выглядели как движение вслепую. Не меняется Бог, не меняются нужды людей, и Небеса не давали новых Откровений; тем не менее год от года мы все меняем и меняем религию: что-то добавляем, от чего-то отказываемся, меняем язык служб с латинского на английский, и наконец, приносим в храм музыкальные инструменты и народные песни. Священники придумывают все новые объяснения, а паства недоумевает. Поиск главного привел к тому, что многие убедились в отсутствии этого самого главного.

Nuh Ha Mim Keller, 2001

Где воспитывать детей?

Когда семьи переезжают с Востока на Запад или наоборот, они испытывают культурный шок. Здесь мы приведем реальную историю мусульманской семьи, которая после окончания колледжа вернулась на Восток. Хотя молодые родители имели право работать в Америке, они решили вернуться на Ближний Восток, чтобы их дети, родившиеся на Западе, могли учить арабский язык и Коран. После переезда дети были шокированы новыми условиями жизни и говорили: «Черт, это грязное местечко». В квартире все, к чему они прикасались, пачкало руки; хотя родители позаботились, чтобы к их приезду дом был приведен в порядок, ковры, стены, лестницы и балкон оставались грязными. Семье даже пришлось думать, как распаковывать чемоданы и куда перекладывать привезенные вещи. Единственное решение – вымыть все самим.

Второй шок был связан с тем, что хотя строительные работы в новом доме обошлись дорого, их качество было крайне низким. Двери в ванную не закрывались; красивая кафельная плитка была уложена неровно; сантехника протекала; напор воды на верхнем этаже был слишком маленький, и приходилось наполнять водой емкости и запасать ее.

Следующей проблемой стала школа. Частные учебные заведения оказались неоправданно дороги, а общественные были просто катастрофой: учителям не хватало опыта, а детям – хороших манер и дисциплины. Родители могли только взвесить плюсы и минусы и решать, стоит ли вообще отдавать детей в школу.

Передвижение на транспорте затруднялось постоянными заторами и плохими дорогами. Переполненные школьные автобусы могли часами добираться до школы и обратно. Для большинства быстрее было ходить, чем ездить. Чтобы

посетить друга или родственника, приходилось планировать поездку так, как будто предстояло путешествие в другой город. Вождение машины требовало особых навыков и крепких нервов и напоминало участие в военных действиях с необходимостью постоянно просчитывать маневры противника.

Воздух был грязным, уличный шум не стихал не на секунду. Дети не могли побыть в тишине даже дома. Единственной возможностью насладиться тишиной становилась поездка в соседние деревни, что превращалось в целое событие…

Это только один из примеров того культурного шока, который могут испытать переезжающие семьи. Нельзя утверждать, конечно, что с такими же проблемами сталкиваются абсолютно все, как и нельзя утверждать, что лучше жить на Западе или на Востоке. Более того, каждая страна имеет свои привлекательные стороны и свои сложности, и каждая семья сталкивается с различными обстоятельствами и воспринимает их по-разному. Семьи, которые собрались переезжать, должны сразу понимать, что приобретают «пакетное соглашение», которое будет иметь и позитивные, и негативные последствия. Жизнь – это испытание на прочность!

Две отсутствующие в западной мысли концепции

В нескольких дискуссиях с авторами книги доктор Таха Алальвани, доверенное лицо МИИМ в Вирджинии, объяснил, что Западу не хватает двух концепций: 1) признание величия Бога *(Allāhu Akbar)* и 2) признание всеведения Творца *(Allāhu A'lam)*.

Когда люди в своих действиях отрицают мудрость и авторитет Всемогущего Бога, они ставят себя на место Всевышнего. Если люди станут заносчивыми, не признающими авторитетов, и будут считать, что не ошибаются, то тем самым легко оправдают любые свои действия по отношению к семье, обществу и миру. Они могут намеренно или ненамеренно уничтожать целые виды животных, загрязнять землю, море и воздух. Высокомерие приводит к нарушению баланса в природе. Люди обесценили созданное природой и вмешиваются в экосистему до такой степени, что чистый воздух, чистая вода и натуральные продукты становятся дефицитом. Глобальное потепление – реальная угроза человеческому существованию. Как бы мы ни продвинулись в науке и технологиях, мы – лишь малая частица бесконечного мира Всевышнего.

Признание, что «Господь знает лучше» *(Allāhu A'lam)* – это проявление смирения. Великие научные и технологические достижения привели к тому, что люди хвастаются знанием и становятся заносчивы. Ирония в том, что чем больше мы узнаем, тем больше понимаем, как мало знаем. Смирение перед другими и покорность Богу – необходимые составляющие подлинной науки. По-настоящему великие мыслители понимают это. Люди должны продолжать расширять границы постижения и помнить, что жажда познания – это благословение Создателя, Высшей Сущности, Который дал нам рассудок, землю и мир.

Только великий может быть по-настоящему смирен, и только смиренный может быть по-настоящему велик.

Коран так освещает тему знания:

…а вам дано знать об этом очень мало (17:85).

Они постигают из Его знания только то, что Он пожелает (2:255).

Скажи: «Если бы море стало чернилами для слов моего Господа, то море иссякло бы до того, как иссякли бы слова моего Господа, даже если бы Мы принесли в помощь ему такое же море» (18:109).

Ценности веры против утилитарных ценностей

Именно семья закладывает моральные нормы и ценности (такие как правда, правосудие, любовь, смелость, честность и ответственность). Все они основаны на концепции веры *('aqīdah),* в которой фундаментальные ценности стоят выше функциональных. Эти группы ценностей не всегда сочетаются. В некоторых обществах удовольствия жизни в этом мире воспринимаются как объективная ценность. В Исламе сбалансированной целью становится достижение вечности за порогом смерти посредством хорошо прожитой жизни; успех в загробной жизни должен и может быть достигнут без отвержения этого мира. Дарованная нам жизнь в этом мире – только один шаг к вечной жизни. Пророк советовал бедуинам полагаться на Бога, но одновременно следовать законом науки о природе и науки об обществе. Следует добиваться баланса между этим миром и загробной жизнью.

«Работай над своей жизнью в этом мире, будто собираешься жить вечно, и работай над своей загробной жизнью, как будто собираешься завтра умереть».

Abu-Talib, 1996

Иудейские талмудисты говорят: живи каждый день, как будто он последний, ибо никто не знает, что будет дальше.

Хороший пример для сравнения условий предоставляет практика строительства коммунизма. Предполагается, что коммунистическое общество заботится о рабочих больше, чем капиталистическая система; на деле же рабочие оказались в худших условиях. Хотя «коммунистические» страны декларировали ценность заботы о людях, на практике эта «забота» приводила к загнанным глубоко внутрь конфликтам, давлении и разрушении других классов общества.

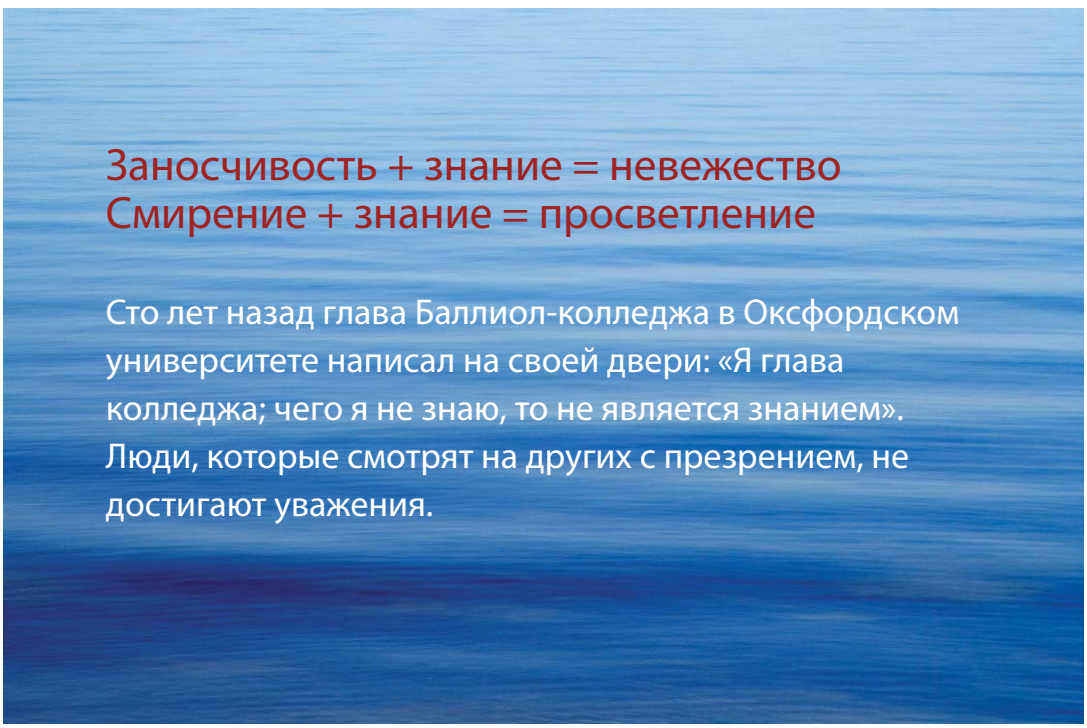
Капиталистические страны Запада смогли обеспечить лучшие условия по сравнению с коммунистическими режимами, потому что сохранили глубинные ценности христианства – любовь, благотворительность, милосердие. Эти страны заботились о бедных и голодающих, в то время как массам в коммунистических странах неоткуда было ждать поддержки.

Падение коммунизма было предопределено его тираническим взглядом на мир. Его идеология построена на принципах мирового противостояния и уничтожения права на частную собственность. Хотя режимы, объявлявшие себя «коммунистическими», декларировали власть рабочего класса, на деле пролетариат оставался задавленным большинством, что противоречит целям марксистской идеологии.

Коммунистическая философия тонка, дисфункциональна и утопична, в то время как реальная ситуация на Западе объективно оставалась лучше. Капитализм не пытается распространить утопию; он базируется на концепции свободы личности и философии удовлетворения интересов и выгоды. Все те же ценности христианского милосердия помогли смягчить разрушительный эффект индустриализации. Коммунистическая бюрократическая машина, основанная на представлениях политической элиты и ее интересов, сделала именно рабочий класс главной жертвой режимов; глубокие религиозные идеи оказались ключевыми для спасения общества и личности.

Хотя на Западе написано огромное количество книг о воспитании, наши знания, безусловно, ограничены. Люди – не продукт, сделанный в США или Китае в соответствии с неким техническим заданием; мы созданы Творцом мира, и только Творец знает о нас все. Психолог Джейн Рэнкин в книге «Эксперты воспитания: их советы, исследования и как применять их правильно» отмечает, что существует расширяющаяся пропасть между мнениями «гуру воспитания» и тем, что дают последние научные исследования за 30 лет. Популярные авторы книг о воспитании, такие как Бенджамин Спок, Т. Берри Бразельтон, Джеймс Добсон, Пенелопа Лич, Джон Роузмонд и другие не сходятся по многим вопросам, например о наказании детей, о введении ограничений, о работающих матерях, пользе детских садов, роли телевидения и приучении к горшку.

Хотя мы обязательно должны продолжать исследования в области воспитания, используя все возможные источники информации, естественные и гуманитарные науки, нам стоит быть более смиренными и не забывать об Источнике человеческого познания. Мы должны искать помощи и мудрости у Божественного Знания.



Слово «культура» происходит от понятия «возделывание [земли]». Между детьми и растениями можно усмотреть много схожего: и те, и другие нуждаются в заботе и уходе, лучше растут в специально подготовленных для них условиях. Для молодых растений в неблагоприятной среде лучшие условия обеспечит теплица, и в открытый грунт их лучше высаживать пророщенными, укрепленными. Дети также нуждаются в защите и заботе для правильного морального развития. «Да будут сыновья наши, как разросшиеся растения в их молодости…» (Пс. 143:12).

Ребенок, взращенный в хорошей домашней атмосфере, вырастет сильнее, здоровее и более устойчивым перед лицом моральных недугов современного мира. Эта аналогия понятна людям, работающим на земле, и менее понятна людям-урбанистам. Однако дети, безусловно, куда сложнее, чем растения. Растения пассивны, а дети – сгустки энергии, интеллекта и желаний. Они должны быть активны и одновременно понимать границы дозволенного поведения. Детям нужна помощь, и родители могут ее оказать, развивая хорошие черты характера и правильное поведение, закладывая здоровый характер и высокие добродетели.

Задания

Задание 8: Три основные тревоги XXI века.

Обсудите с семьей: в чем причина этих тревог и как их предотвратить?

В 1997 г. консервативный журналист Вильям Баклей и сенатор Джордж Макговерн, либеральный демократ, в выступлении на церемонии вручения дипломов в Юго-Восточном университете, Кейп-Жирардо, выделили три пункта, внушающие беспокойство:

1) ослабление семейных ценностей, результатом чего стал высокий процент внебрачных детей;

2) уничтожение окружающей среды, загрязнение земли, воздуха, океана, вод и лесов;

3) алкоголизм, который разрушает жизни и семьи.

Задание 9: Черты детей

Родителям стоит разобрать с детьми каждую характеристику и путь ее внушения ребенку.

Дети….

Удивительные, узнавайте их;
Правдивые, верьте им;
Энергичные, направляйте их;
Простые, наслаждайтесь с ними;
Полные радости, радуйтесь с ними;
Добрые сердцем, учитесь у них;
Полные любви, ухаживайте за ними;
Великодушные, цените их;
Открытые умом, учите их;
Драгоценные, дорожите ими;
Любознательные, поддерживайте их;
Находчивые, поощряйте их;
Спонтанные, восхищайтесь ими;
Талантливые, развивайте их;
Уникальные, одобряйте их;
Жаждущие, замечайте их;
Сумасбродные, смейтесь с ними.

(Meiji, 1999)

Задание 10: Обсуждение причин насилия среди детей

Обсудите с детьми известные вам (например, из теленовостей) происшествия. Почему это произошло? Кто виноват? Можно ли это было предотвратить? Что нужно сделать, чтобы предотвратить подобные случаи в будущем? Какие уроки могут быть извлечены? Как избежать насилия?

Задание 11: Справляемся с социальными проблемами

Обсудите с детьми причины и последствия курения, приема наркотиков, беременностей вне брака, алкоголизма, суицида и разводов. Предложите свои практические способы улучшения общества.

Задание 12: Доктор Спок и его воспитательная модель

Обсудите свой опыт после ознакомления с историей доктора Спока (Maier, *Newsweek*, 1998):

Понимание воспитательной модели, распространенной в Америке, будет неполным, если не брать в расчет Бенджамина Спока – ведущего детского психолога XX в. Его мать душила его проявлениями своей любви, правилами и высокими ожиданиями. Он развелся с женой-алкоголичкой после 51 года брака. Спок открыл педиатрическую практику и заявил, что «большинство детских проблем связаны с поведением, а не со здоровьем»: бешеные приступы гнева, сосание большого пальца, отказ от еды, нежелание спать, неспособность вовремя приучаться к горшку. Он интересовался теорией Фрейда и дважды проходил через практики психоанализа.

Спок советовал родителям не наседать на детей, а заботиться о них. «Доверяйте себе. Вы знаете больше, чем думаете». Он учил, что любовь – главное, что нужно малышу от родителей. Он внимательно слушал пациентов, но не всегда слышал собственных детей. Когда его спрашивали: «Допустимо ли ребенку видеть родителей обнаженными?», он отвечал: «Это слишком сложный вопрос, чтобы давать однозначный ответ».

Семья доктора Спока была слабой: «Всегда легче писать о воспитании детей, чем справляться со своими». Он был холодным отцом, и его собственные дети чувствовали себя отвергнутыми.

Спок учил детей называть родителей по имени – радикальная и новая мысль для того времени. Отец хотел, чтобы их воспитание отражало его философию, однако это скорее был жест для внешнего мира: «Смотрите, это мои сыновья, и они называют меня по имени». Когда Спок говорил со своими детьми, это всегда выглядело как экзамен: мягкий голос, звучавший в его книгах, слабо согласовался с резким и осуждающим тоном, который он использовал дома, не задумываясь о том, какой вред наносит детям.

Спок настаивал, чтобы его дети никогда не ставили себя в неловкое положение и не позорили семью на публике. Для него очень важно было мнение других, мнение прессы и незнакомых людей. Его сыновья всегда были опрятно одеты, всегда были вежливы и дружелюбны. Если улыбка Джона была не столь лучезарной и он был не

в лучшем настроении, отец быстро приводил его в чувство: «Не будь таким ворчливым, постарайся выглядеть более привлекательно на публике».

Доктор Спок никогда не признавал, что у него в доме существуют какие-либо проблемы. Его сыновья держали дистанцию даже в общении друг с другом. Какие бы конфликты между ними ни случались, это оставалось частным делом; на публике они играли свои роли, участвовали в фотосессиях с отцом, на вопросы о воспитании отвечали неопределенно и кратко.

Бенджамин Спок никогда не выражал свои чувства, и дети говорили: «Мы никогда не целуем папу». Великий педагог был скорее символом, чем реальным человеком, скорее общественным деятелем, чем хорошим отцом; он оставался нечувствительным к эмоциональным нуждам своих детей.

Спок осуждал то, как воспитывали его самого: «Я никогда не видел выражаемых эмоций. Мой отец любил меня и делал иногда хорошие вещи, но когда я стараюсь вспомнить какие-то проявления с его стороны, то понимаю, что он никогда не целовал меня или кого-то из близких».

Урок: Не следуйте слепо мнениям экспертов. Все теории имеют свойство устаревать и меняться, и если мы не будем дополнять их мудростью Откровения, мы принесем больше вреда, чем пользы.

Задание 13: Обсуждение культурного шока

Предлагается обсудить с детьми их собственный опыт. Предложите детям рассказать о впечатлениях от посещения других стран или от общения с одноклассниками, друзьями, которые принадлежат к другой этнической группе, вероисповеданию, расе.

Если дети никогда не видели своих родственников в других странах, то очень рекомендуется запланировать поездку и постараться это осуществить.

Задание 14: Сознание настоящих лидеров

Обсудите с детьми следующие высказывания:

«Я заметил, что настоящие лидеры редко бывают на виду. Эти мужчины и женщины, как правило, не выставляют механизм принятия решений на всеобщее обозрение. Они действуют терпеливо, аккуратно и по нарастающей. Они делают то, что правильно» (Bodaracco, 2002).

«Лидеры могут захотеть превратить своих последователей в стадо, но сами ни в коем случае не хотят быть в его составе» (Stiven B. Sample, «Курс лидерства для белых ворон»)

Вывод: Делать правильные вещи – это делать что-то значимое, а не популярное и модное! Обсудите, кто может решать, что верно, и как. Это я, ты, он, она или Всевышний?

Задание 15: Делитесь семейной историей

Расскажите детям, что знаете о ваших предках. Большинство семей сегодня не делятся семейной историей с детьми.

Дети должны знать о жизни, достижениях и провалах, работе, опыте, делах и силе своих пра-прадедов и пра-прабабушек. Нина Абдулла, эксперт по воспитанию, учит своих клиентов рисовать семейные древа и генограммы. Генограмма – это диаграмма, которая показывает браки, разводы, болезни и отношения между членами семьи – дядями, тетями, двоюродными братьями и сестрами, бабушками и дедушками с обеих сторон. Пророк поддерживал арабскую традицию рассказывать истории о предках и держать в памяти историю рода насколько глубоко, насколько это возможно (Campo, 2009). Некоторые сомалийцы знают 20 поколений своих предков и на встречах племен делятся знаниями о своем происхождении.

ГЛАВА 3

Хорошее воспитание: постановка правильных целей

- Постановка целей: Первый пункт плана воспитания
- Пристальный взгляд на цели
- Кофе и семейные приоритеты
- Заключение
- Задания

Наша задача – вырастить хороших и сильных детей,
Которые создадут сильные семьи,
Которые создадут хорошие и сильные общины,
Которые создадут хорошие и сильные государства,
Которые создадут мир на земле.

Постановка целей: Первый пункт плана воспитания

Многие родители до мелочей планируют предстоящие отпуска, но не могут сесть и разработать план семейной жизни. Большинство семей, которые пытаются это делать, не могут прийти к совместному решению о целях, стремлениях, намерениях или о необходимых шагах. Однако без намеченных целей скорее всего не будет и достижений. Жизнь проходит в перемещениях с работы домой, в магазин, школу, поездках на отдых, преодолении кризисов и надеждах, что все изменится к лучшему; но это сродни игре в русскую рулетку с будущим наших детей. Бесценное время уходит впустую. Нужны долгосрочные цели и продуманные стратегии их достижения.

Правильный подход к воспитанию предполагает, что отдельные личности и общество – сообщающиеся сосуды. Мы не можем построить сильное общество без сильных добродетельных индивидуумов, а они не могут вырасти в вакууме, без правильной социальной среды и общения. Основной целью родителей должно быть воспитание людей, которые станут наместниками Бога, сильными и надежными, цивилизованными гражданами, чьей миссией окажется развитие земли. Без этой задачи человеческое существование бессмысленно. Интересы индивидуумов должны направлять жизнь и в этом мире, и после смерти, материальную и духовную, личную и общественную. Родители должны руководствоваться именно этой задачей и постоянно помнить о ней.

Схема хорошего воспитания: цели, ценности, способы

Счастливая семья	Воспитание благочестивых лидеров			
Общение	Физическая сила	Характеристики личности	Знание, мудрость, вера	Навыки: профессионализм
Поощрение/критика	Здоровье/фитнес			
Жизненная позиция	Выбор супруга	Отвага	Образование/школа	Чтение
Чувства	Развитие ребенка	Любовь	Домашняя работа	Письмо
Спокойствие/гнев	Кормление грудью	Честность	Совершенствование, поддержка, доверие полномочий детям	Обращение с компьютером
Прикосновения, поцелуи, объятья	Чудо мозга?	Свобода		Вождение
Смех, шутки	Здоровье	Ответственность	Дисциплина против наказания	Работа по дому
Взаимопонимание	Упражнения	Независимость	Вера	Управление деньгами и временем
Семейное общее время	Питание	Творческое начало	Идентичность	Способность давать
Альтернативы телевизору	Сон	Уверенность себе	Большая семья	Просьба(*du'aa)*
Семейные встречи	Здоровый секс	Доверие		Принятие решении
Семейные обеды	Избегать опьяняющих веществ	Уважение		
Управление стрессом		Терпение		
Игры, спорт		Смирение		
Активное ремяпрепровождение с детьми				

Давайте начнем с внимательного изучения таблицы. Мы назвали ее «Схема хорошего воспитания». Она суммирует цели, которые надо поставить, и рисует «дорожную карту», как их достичь через прививание принципов и ценностей с детства до момента взросления.

Эти цели взяты из: a) глубоких желаний родителей, прекрасно отраженных в аяте Корана (25:74), и b) хадиса Пророка Мухаммеда:

> *Они говорят: «Господь наш! Даруй нам отраду глаз в наших супругах и потомках и сделай нас образцом для богобоязненных» (25:74);*

> «Вы увидите, что люди подобны рудникам, и [являющиеся] лучшими из них во времена невежества (*jāhiliyyah)* [остались] лучшими и в Исламе, если стали сведущими в религии» (Аль-Бухари и Муслим).

В таблице цели поделены на 2 категории, и вторая категория поделена еще на 4 подкатегории. Родителям нужно неоднократно обращаться к схеме, чтобы изучить эти цели и ценности, понять их, держать в уме направление движения и сравнивать с ней свои действия. Это позволит им убедиться, что они не впали в самодовольство и не позволили ежедневным делам задушить приоритеты воспитания.

Пристальный взгляд на цели

Цели, взятые из Корана: Молитва верующих

Верующие возносят Всевышнему молитву о даровании им супруга или наследника – *qurrata a'yun* («радость для глаз»). Этот эпитет встречается в Коране 6 раз: «утешение для глаз», «глаза, которые радуются от блаженного удовольствия». Суть этого желания – счастливая семья и счастливый дом.

Это относится и к маленькой семье, и к большой, которая включает супругов, детей, бабушек, дедушек, дядь, теть, двоюродных братьев и сестер. Необходимыми условиями для счастливой семьи являются общение между родителями и детьми, демонстрация любви и привязанности, а при необходимости – поощрение и тактичная критика. Дополнительными условиями являются создание позитивного настроения, чуткость к чувствам других, улыбки, поцелуи, объятья, общие обеды и работа по дому, безобидные шутки.

Второе прошение, которое верующие обращают к Богу, – чтобы супруги и дети стали «имамами благочестия». Слово *a'immah* и его множественное число повторяются в Коране 10 раз. Существует несколько разных комментариев к фразе «сделай нас имамами добродетели»: «Сделай нас примером для других», «путеводной звездой для других», «лидерами других людей», «вестниками» и «предтечами», «поставь нас впереди тех, кто поклоняется Богу». Т.о. вторая цель семьи – вырастить праведных лидеров, которые будут проводниками для человечества.

Отметим, что под словом «лидер» мы понимаем не амбициозную жажду власти, а развитие в детях силы, твердых моральных качеств и других черт характера, необходимых для хорошего руководства. Более того, слово «лидер» может вызвать мысли о конкуренции, о борьбе за власть. Но если все будут сражаться за эту роль, то кто же будет работником и последователем? Наша цель – вдохновить детей развивать те качества, которые отмечают людей с принципиальной руководящей позицией. Каждый член общества, который принимает участие в совершенствовании жизни, и есть настоящий лидер. Именно так достигается настоящий прогресс.

Где же лидеры? Вы и есть лидеры
- Мы и есть лидеры, которых мы ждем.
- Руководящая роль – это не быть значимым, а служить значимому.
- Не важно, занимаешь ли ты высокую должность; важно, идут ли за тобой люди.
- Быть лидером – делать то, что верно, когда это видит только Бог.
- Каждый является лидером – по отношению к сотрудникам, супругу, детям или самому себе.

Повторимся, воспитание лидерских качеств не предполагает погони за властью, престижем, деньгами, как не предполагает и обучения доминированию и контролю. Напротив, дети должны воспитываться с чувством щедрости, сострадания, смирения и осознанием важности своего назначения, способными стать активными и важными членами общества. Люди, которые смогут жить в мире противоположных ценностей и не испытывать трудностей, способные уверенно ставить себе высочайшие цели, не тормозят себя низкой самооценкой. Дети, опасающиеся, что общество посмеется или осудит их веру или расу, не могут служить обществу. Если детей не учить быть уверенными и двигаться в правильном направлении, есть шанс, что они пойдут в ложном.

В Коране слово «лидер» (*Qā'id*) не использовалось; вместо него употреблялись другие слова:

«пастух, сторож» – *Rā'ī.*
«учитель, тренер» – *Murabbī*
«пример для подражания» – *Imam*
«воспитатель; учитель, создающий характеры» – *Mu'addib*
«учитель» – *Mu'allim*
«ментор, гид, оказывающий поддержку» – *Murshid.*
«консультант» – *Mudarrib.*

Лидер – это человек, который направляет других в их работе для достижения определенных целей, в то время как *Murabbī* (тренер) должен развивать способности выполнить какую-либо задачу. Например, Пророк выбрал Амра ибн аль-Аса и Убайда ибн аль-Джарраха для командования армиями, а Мусаба ибн

Умайра и Муаза ибн Джабала направил в Медину и Йемен для исполнения роли «пастырей» и «менторов», чтобы воспитать и укрепить добродетель, а также раскрыть каждую индивидуальность.

Не случайно многие пророки – Шуайб, Моисей, Иисус, Мухаммед (да пребудет с ними мир!) - были пастухами. Этот род деятельности предполагает доброту, заботу и сострадание и включает в себя смирение. Все эти качества необходимы для родителей. Какая замечательная аналогия – родители как пастухи, заботящиеся о своем стаде! Т.о., лидер – это и пастух, и ментор, и репетитор, и учитель.

Лидер или пастух?

Слово «лидер» (*Qā'id*) используется в разных культурах, но его нет в Коране. Вместо этого в хадисе используется слово «пастух»: «Каждый из вас пастух и в ответе за свою паству. Имам отвечает за последователей, а муж в ответе за своих домочадцев, женщина в ответе за домашний очаг, а раб – за имущество господина» (Аль-Бухари).

Цели, взятые из хадисов Пророка

Пророк Мухаммад говорил:

«Вы увидите, что люди подобны рудникам, и [являющиеся] лучшими из них во времена невежества *(jāhiliyyah)* [остались] лучшими и в Исламе, если стали сведущими в религии» (Аль-Бухари и Муслим).

Из этого хадиса можно извлечь несколько уроков. Характер надо формировать в раннем детстве; это единое правило для всех людей, - и мусульман, и немусульман. Смелость, творческая энергия, честность, любовь и надежность присутствовали во многих арабах еще до принятия Ислама. Лучшие люди обладают этими чертами характера. Пророк говорил, что язычники «высочайшего характера», поняв Ислам, могут стать мусульманами, обладающими наилучшими моральными качествами.

Лучший язычник – понимает и принимает Ислам – лучший мусульманин

Некоторые мусульмане думают, что смелость, честность и надежность великих сподвижниковПророка (таких как Умар ибн аль-Хаттаб, Халид ибн аль-Валид) проявились лишь после того, как те приняли Ислам. На самом деле они обладали этими качествами и до того, как стали мусульманами. Ислам добавил к их положительным качествам мудрость, знания и Божественную помощь.

Этот хадис концентрирует внимание на чертах характера, а для их формирования необходимо соблюдать определенные условия, – например, поддерживать хорошее

здоровье матери, особенно в период беременности и кормления грудью. Алкоголь, наркотики, курение – зло, наносящее вред беременным так же, как еще не рожденным детям. Беременной женщине стоит избегать приема лекарств, кроме рекомендованных врачом, она должна хорошо питаться и высыпаться. Ей необходимы дополнительная забота и защита от инфекций.

Время и возможности для развития необходимых черт характера ограничены первыми пятью годами жизни ребенка. Родители должны предоставить детям возможности для обучения умению выражать свои мысли, чтению, письму, позже – вождению, пользованию компьютером... Они должны научить детей терпению, уважению, и умению принимать решения. Чем раньше будут развиты эти навыки, тем больше возможностей откроется для детей.

Сподвижники и последователи описывали Пророка Мухаммеда как честного и надежного. Это были качества, необходимые для получения Божественного Откровения. Коран возвращается к теме, описанной в рассмотренном хадисе о хорошем характере, когда говорит о пророках Ное (Нухе), Ионе (Юнусе), Аврааме (Ибрахиме), Исмаиле, Моисее (Мусе), Сауле (Талуте), Иисусе (Исе), Иосифе (Юсуфе), Иове (Айюбе), и Иакове (Йакубе) (да пребудет с ними мир!). Эти описания включают важные качества лидеров: силу (тела и характера), профессионализм (требующиеся навыки и знания), надежность. 25 пророков охарактеризованы в Коране как честные, мудрые, знающие, милосердные, сострадательные, сильные, надежные, терпеливые и выполняющие свои обещания. Это те ключевые качества, которые мы должны иметь в виду при воспитании своих детей.

Помяни в Писании Исмаила (Измаила). Воистину, он был правдивым в обещаниях и был посланником и пророком (19:54).

[Юсуф] сказал: «Назначь меня управлять хранилищами земли, ибо я – знающий хранитель» (12:55).

Когда он [Моисей] достиг зрелого возраста, Мы даровали ему власть (мудрость или пророчество) и знание. Так Мы воздаем творящим добро (28:14).

Одна из двух женщин сказала: «Отец мой! Найми его [Моисея], ведь лучшим из тех, кого ты наймешь, будет тот, кто силен и заслуживает доверия» (Коран 28:26)

Их пророк сказал им: «Аллах назначил вам царем Талута (Саула)». Они сказали: «Как он может стать нашим царем, если мы более достойны править, чем он, и он лишен достатка в имуществе?». Он сказал: «Аллах предпочел его вам и щедро одарил его знаниями и статью. Аллах дарует Свое царство, кому пожелает. Аллах – Объемлющий, Знающий» (2:247).

К вам явился Посланник из вашей среды. Тяжко для него то, что вы страдаете. Он старается для вас. Он сострадателен и милосерден к верующим (9:128)

Кофе и семейные приоритеты

Отец взял большую коробку, положил в нее мячи для гольфа и спросил детей, полна ли она. Дети подтвердили. Отец насыпал в ту же коробку гальку, просыпавшуюся между мячами, и повторил свой вопрос. Дети опять согласились, что коробка полна. Тогда отец добавил в коробку песок и вновь спросил, полна ли она. После этого отец влил в ту же коробку пару чашек кофе. Дети засмеялись, а отец сказал: «Представьте, что эта коробка – ваша жизнь. Мячики – это самые важные вещи: поклонение Богу, ваш будущий супруг, ваши дети, ваше здоровье, друзья, любимые занятия; если все остальное уйдет, они останутся и не дадут опустошить вашу жизнь. Камушки – то, что мы при необходимости можем поменять: работа, дом, машина. Песок – мелочи, которые разнообразят нашу жизнь.

Если в коробку сначала засыпать песок, то для камней и мячиков не останется места. Так же и с жизнью: если все силы и время разменивать на маловажные мелочи, то до больших и важных вещей дело не дойдет. Относитесь внимательно к тому, что не только приносит счастье в этом мире, но и готовит вас к грядущему. Молитесь, совершайте благие дела, заботьтесь о своем здоровье, ужинайте в ресторане с супругом, играйте с детьми, уделите внимание учебе… И всегда найдется время для уборки дома и починки сантехники.

Позаботьтесь в первую очередь о «мячах» – о вещах, которые действительно важны. Расставьте приоритеты. Вес остальное – просто песок».

Один из детей спросил – что же означает кофе? Отец улыбнулся: «Я рад, что ты спросил. Это нужно, чтобы показать тебе, – как бы ни была загружена жизнь, всегда останется место для пары чашек кофе с друзьями».

Заключение

Сконцентрируйтесь на награде

Эта глава была посвящена целям и стремлениям, но постановка целей – это лишь шаг к их достижению, и нельзя забывать о «конечном продукте»: о воспитании добродетельных детей. Это прямо влияет на то, как родители обращаются с детьми и как развивают в них качества, нужные, чтобы оправдать родительские надежды.

Чтобы достичь цели, которые мы ставим для наших детей, нам следует обратить внимание и на собственный характер и поведение. Мы должны:

1) соблюдать баланс между дисциплиной и одобрением, наделением полномочиями;
2) практиковаться в обучении и наставлении как можно больше, скорректировав наш взгляд на мир и религию, наше чувство индивидуальности, понимание наших корней. Признайте свои ошибки и не стесняйтесь просить за них прощения;
3) объедините сказанное с верой и молитвами: Всевышний отвечает искренним людям и помогает им по-своему и в нужное время.

Библия говорит:

> «Наставь юношу при начале пути его: он не уклонится от него, когда и состарится» (Притч. 22:6)

Будущее этого мира зависит от следующих поколений. Воспитание детей играет ключевую роль в реформировании общества. Человечество сталкивается с большими сложностями и проблемами, и, берясь за воспитание, мы должны понимать всю ответственность. Наши дети также станут родителями и будут учить своих детей тем же ценностям, которым мы учили их, и так замкнут круг, который может принести на землю мир, правосудие и стабильность. Жизнь измеряется не количеством вдохов, а количеством моментов, от которых захватывает дух.

Задания

Задание 16: Дискуссия о домашней обстановке

Попросите каждого члена семьи ответить на вопросы:

Радуетесь ли вы, когда заходите в дом?

Радуетесь ли вы, когда покидаете дом?

Что вы можете сделать, чтобы дом стал счастливее?

Вычлените из ответа каждого пункты, не встречающиеся у других, и объедините их, постаравшись на практике сделать дом счастливым.

Задание 17. Родители, учите детей!

Просмотрите следующие пункты и обсудите, как им можно научить детей. Выберите те, которых не хватает в вашей системе воспитания.

- Как посадить цветок, который им понравится? (дети любят возиться в грязи, копать и играть со шлангом)
- как не сорить?
- как звонить вам на работу?
- как набирать номер телефона экстренных служб и в каких ситуациях?
- как себя вести, если потерялись?
- как выражать похвалу и делать приятное другим?
- как не ранить других?
- как держать свое слово?
- как разделять радость и поддерживать в беде? Разделенная радость – это удвоенная радость, разделенное горе – это половина горя.

Кроме того, родителям следует вовремя научить детей:

- не боятся животных, но уважать их и восхищаться ими;
- уважать чужое мнение, но не идти у него на поводу;
- дружить с детьми всех рас и народов;
- возвращать то, что было взято;

- не бояться пробовать новое в границах безопасности;
- получать удовольствие от самой игры, а не от выигрыша;
- стирать и складывать выстиранное белье;
- уважать книги;
- приходить вовремя и всегда предупреждать, если задерживаются;
- не выдавать секреты

- быть аккуратными и хорошо выглядеть;
- в решении серьезных проблем не забывать о Божьей помощи.

Родители,
- не говорите ребенку «не плачь»; спросите, почему он плачет;
- не покупайте ребенку все, что он хочет, даже если можете;
- не критикуйте его ошибки, но обсуждайте недостаток усилий;
- верьте в своего ребенка;
- не критикуйте супруга при ребенке;
- не ставьте телевизор или компьютер в комнату ребенка;
- не используйте телевизор в качестве няни.

Задание 18: Ошибочные пословицы

Родители должны объяснять смысл пословиц и поговорок, при необходимости корректируя и опровергая его, если фольклор оправдывает эгоизм, равнодушие, лень и лживость. Например:

Человек человеку – волк (учит осторожности, но подталкивает к доминированию и агрессивному поведению);

Ласковое теляти двух маток сосет (может использоваться для оправдания лести и угождения);

Своя рубашка ближе к телу (мотивирует эгоизм);

Моя хата с краю (оправдывает равнодушие);

Всяк сверчок знай свой шесток (отучает от проявления инициативы).

Задание 19: Взгляд на мир, основанный на настоящей дружбе

Объясните детям следующий хадис и приведите истории из вашей жизни о неискренней дружбе.

Пророк говорил: «Есть группа рабов Аллаха, которой даже пророки и мученики будут завидовать». Его спросили: «Кто эти люди? Может быть, мы полюбим их?» Он ответил: «Это люди, которые любят друг друга благодаря свету Аллаха, а не благодаря богатству или семейным связям. Их лица полны света, и они на кафедрах света, и не боятся они, когда люди боятся, и не печалятся они, когда люди печалятся». Затем Пророк прочитал аят: «Истинно, те, кто близки к Богу, не боятся и не печалятся» (Абу Давуд).

Задание 20. Регулярное обсуждение вопросов внутри семьи

- Встречайтесь всей семьей раз в месяц, чтобы обсудить положение и проблемы каждого ее члена;
- Постарайтесь, чтобы доброжелательное заинтересованное обсуждение не обижало родственников и не перерастало в ссоры.

ГЛАВА 4

Наиболее важная цель: Воспитание детей в любви к Богу

- Введение
- Как привить веру нашим детям
- Погруженность в себя
- Недостаток личной ответственности
- Деформированная культура: отсталость и суеверие
- Сбалансированный подход
- Учите детей любви к Корану
- Учите детей молитвам
- Учите детей покаянию
- Учите детей истории Ислама
- Учите детей манерам
- Что сказать детям сначала: что они должны любить Бога или что Он любит их?
- Задания

Введение

В предыдущей главе мы обсуждали основные цели и ценности, которым родители должны следовать при воспитании детей. Однако существует одна объективная и главная цель, требующая определенного подхода, – это вера в Бога. Воспитывать детей, которые *знают* о Боге – вовсе не то же самое, что воспитывать тех, кто *любит* Его и *поклоняется* Ему. Познание Бога – это база, из которой исходят все остальные ценности и из которой происходит успех.

Время, которое мы проведем с детьми, ограничено, поэтому мы должны организовать себя, придерживаться определенной программы и не оставлять эту работу на будущее или на других людей, надеясь, что мораль и духовность как-то проявятся сами. Общество, в котором мы живем, последовательно проповедует несбалансированный рационализм, – способ мышления, который исключает Бога из нашей жизни. Это особенно заметно в школах, в программах которых представлению о Боге места не нашлось.

Как привить веру нашим детям

Перед тем как наметить, что мы должны делать, надо понять, что происходит в нашем семейном кругу.

Современные мусульмане часто применяют к жизни некий «религиозный подход», сводящийся к зазубриванию формальных правовых правил. Это безусловно отражается на воспитании детей – они видят, что такое отношение к религии лишено духовной почвы. Доминирующая религиозная культура в том виде, в котором практикуется сейчас, затрагивает лишь два вида деятельности: ритуалы *(ʿibādāt)* и деловые взаимоотношения *(muʾāmalāt)*. Соблюдение ритуалов сводит религиозное образование к выполнению основных действий, таких, как пятикратная молитва *(salat)*, пост во время Рамадана *(sawm)* и милостыня бедным *(zakat)*. Также серьезно охраняются социальные институты, такие как брачный контракт *(zawāj)*, бизнес-контракты *(ʿuqūd)*, внешние проявления этикета *(ādāb)*, а также декларирование принадлежности к Исламу (*kalimah* или *shahādah*). Это «правовой способ» вероисповедания.

В дополнение к этому мусульманские семьи часто игнорируют важность обязанностей перед уммой в пользу личных предпочтений, не задумываясь о моральной ответственности перед другими членами общества. В результате детей обучают читать Коран и совершать молитвы, но их никто не учит участвовать в общественной жизни; родители же при этом уверены, что сделали правильно и достаточно. Дети растут, думая, что соблюдение ритуалов и есть главный элемент жизни в Исламе, и если они их выполняют, то тем самым исчерпывают свои религиозные и моральные обязательства. Это может привести к эгоистичному стилю жизни с негативным отношением к общественным задачам. К сожалению, подобная социальная апатия получает все большее распространение, приводя к тому, что общество разрушаются и все оказываются в проигрыше.

В действительности почитание Бога *(ʿibādāt)* не означает только соблюдение ритуалов, но включает все обязанности и действия, предусмотренные исламским законом (шариатом), равно как и

моральные ценности, как то: распространение добра, избегание зла, включенность в общественную жизнь, забота о других. Если эти качества не станут частью этической системы мусульманского воспитания, то со временем социальная апатия нынешних взрослых будет передана и их внукам. В этом и заключается основная ошибка религиозного образования, которое недооценивает важность внутреннего развития и обязательств перед обществом. Слово

ʻibādāt на самом деле означает воспоминание о Боге и общение с Всевышним для установления добродетели, моральных норм и хорошего поведения *(dhikr)*.

Погруженность в себя

К сожалению, на протяжении почти всей истории Ислама наблюдалась конфронтация между мусульманской мыслью в лице ученых и богословов и диктаторской политикой коррумпированных лидеров. Мыслители предпочитали самоизолироваться от общественной жизни и сконцентрироваться на индивидуальных аспектах жизни, игнорируя проблемы общества. В результате теории управления и практике социальных связей, политическому соучастию и совещательности *(shūrā)*, гражданскому долгу, социальной справедливости и братским чувствам не придается достаточного значения. Это разрушило универсальное видение Ислама. Пассивное отношение к общественной жизни разрушило командный дух уммы и ослабило коллективные узы, необходимые для создания социальных связей.

Цивилизация не может быть построена на узколобом понимании спасения только для себя, она должна базироваться на стремлении к соучастию в заботах об обществе. Применение концепции «заботы о человечестве» *(istikhlāf)* требует от нас развития – поколение за поколением, – миссии *ʻimrān* (создания цивилизации, основанной на благе для всех). Хотя забота о семье – один из приоритетов мусульманской юриспруденции (*fiqh*), одной этой заботы недостаточно для взращивания строителей цивилизации.

Подобная постановка проблемы помогает создавать законопослушных и соблюдающих ритуалы, но пассивных индивидуумов. Люди, воспитанные в традиционной формально-правовой культуре, могут правильно совершать омовение, молитвы, пост, паломничество, но не становятся хорошими гражданами, не вырабатывают в себе потребности соучастия, не служат обществу. Становясь зависимыми от правительств, которые снабжают их готовыми услугами вместо того чтобы требовать соучастия в общественных нуждах, они не способны мыслить за себя, принимать решения о будущем, увеличивать свои знания, заботиться о себе. Другими словами, апатия побеждает активность.

После такого воспитания дети не становятся свободными, смело думающими, способными работать в команде, быть пионерами социального прогресса; они вырастают в робких эгоистов. Люди, живущие в условиях политической или религиозной диктатуры, безусловно страдают, но оказываются не способны к социальным изменениям; они создают слабое общество и переводят его на новую ступень деструкции. Следуя шариату, они избегают процентных вкладов в банках, но при этом с легкостью врут в налоговых декларациях, хотя ложь и

мошенничество так же осуждаются шариатом. Они считают себя победителями, когда избегают кары за контрабанду или обман государственных служащих, потому что они знают, что их таможенные пошлины будут украдены влиятельными офицерами, злоупотребляющими положением».

Многие родители с рождения до взросления ребенка остаются зациклены на себе. Они больше внимания уделяют тому, как их ребенок одет (т.е. опять-таки – что подумают люди о них, родителях), нежели тому, как научить его заботится о других, как привить чувство ответственности за людей, особенно бедных и нуждающихся, и за окружающую среду в целом. Многие из нас могут купить своему отпрыску дорогую хрупкую игрушку и отвернуться от чужого ребенка, просящего на дороге подаяние.

Такой взгляд на жизнь убивает наше общество. Мы не задумываемся о смысле, казалось бы, элементарных вещей. Как можно, например, объяснить, что День независимости Бангладеш установлен в честь отделения этой страны от Пакистана? Как можно праздновать разделение, когда мы видим, как некогда враждовавшие европейские страны объединяются на основе общих интересов? Бразилия едина, несмотря на множество этнических, религиозных и лингвистических групп, каждая со своими экономическими и социальными проблемами. А в это время мусульманские и даже уже – арабские страны, имея общий язык, культуру, общие интересы, продолжают враждовать! «Ссоры» арабских держав и «бедных» мусульманских стран не помогают их гражданам. Количество мусульман увеличивается, но их статус на мировой арене не повышается.

Может ли религия быть причиной для разделения, мелочности и изоляции мусульманского мира? Разве эти качества помогают ее интересам? В сознании уммы произошел раскол. Все научились думать только о себе и преследуют только свои узкосемейные интересы, игнорируя более широкие потребности уммы и других членов общества, включая соседей и родственников. Мусульманская культура становится узколобой и деформированной, избегающей соседских чувств и командного духа, который должен быть ее основой. Мусульманам надо вытащить голову из песка.

Сравните эту ситуацию с намерением Абу Бакра отдать все свое добро сообществу. Пророк спросил его: «Что ты оставил своей семье?» Тот ответил: «Я оставил им Аллаха и Посланника Аллаха». Действие Абу Бакра было результатом не только его сильной веры, но и уверенности, что Пророк и общество в час нужды позаботятся о нем и его семье. Если бы он только предположил, что его семья может оказаться на улице, то скорее всего отдал бы общине только малую часть своего имущества.

Причина нынешнего плачевного состояния мусульманского мира – не обширные территории, населенные разными этническими группами и разными языками, и не правящие тиранические режимы. Не стоит сваливать все и на колониализм. Ислам проповедует мирное сосуществование и социальную гармо-

нию. Мусульмане составляют четверть населения земли. Причина разобщенности – не в Исламе, т.к. Ислам учит союзу, братским чувствам, солидарности и состраданию. Причина и не в экономических и политических факторах, – это лишь симптом. Так в чем же причина?

На наш взгляд, ответ содержится в строках Корана:

> *Воистину, Аллах не меняет положения людей, пока они не изменят самих себя (13:11).*

Лучше сказать сложно: причина в самих людях. Только принимая истину Корана и изменяя свою внутреннюю сущность, мы сможем изменить то, как живем. Средством для этого и является правильное воспитание.

Образование – это процесс на всю жизнь, его можно приобретать от колыбели до могилы. Однако хорошее воспитание – ключевой фактор для упрочения общественных интересов через ответственность, самопожертвование и заботу о других. Эти ценности развиваются еще в детстве благодаря закреплению правильных эмоциональных, социальных и духовных аспектов личности. Их намного проще заложить в раннем возрасте, чем исправить, когда человек уже взрослый.

Сборники правовых норм (fiqh) обращаются к основным религиозным и культурным отношениям для развития мусульман, и поэтому имеют огромное влияние на развитие личности. Необходимо исправить эти книги, добавив недостающие пункты о значении общественных интересов и всего человечества, тем более что эти пункты ясно отражены в Коране и хадисах.

> *А те, которые жили в доме (Медине) и обрели веру до них, любят переселившихся к ним и не ощущают никакой нужды к тому, что даровано им. Они отдают им предпочтение перед собой, даже если они сами нуждаются. А уберегшиеся от собственной алчности являются преуспевшими (59:9).*

> Пророк сказал:
> «Тот, кто не участвует в общественных делах мусульман, не один из них» (Ибн Масуд).

Мы не сможем достичь того, чем могли бы стать, если не будем заботиться о членах общества, особенно о бедных, сиротах, соседях и нуждающихся. Вот аяты суры «аль-Маун»:

> *Видел ли ты того, кто*
> *считает ложью воздаяние?*
> *Это – тот, кто гонит сироту*
> *и не побуждает накормить*
> *бедняка. Горе молящимся,*
> *которые небрежны к своим*
> *намазам, которые лицемерят*
> *и отказывают даже в мелочи!*
> *(107:1–7).*

Существует тесная связь между личным вероисповеданием и благоденствием общества. Религиозные ритуалы должны быть неотделимы от заботы о сиротах, насыщения голодных и помощи соседям. Настоящая цель поклонения Богу – подготовить молящегося к служению роду человеческому. Огромное количество попрошаек в городах мусульманского мира иллюстрирует недостаток чувства ответственности, который сегодня укоренился в людях.

Недостаток личной ответственности

Многие люди не чувствуют ответственности за себя, других и будущее. В обществе, где трудолюбие и честность значат мало, люди обращаются за поддержкой в полной уверенности, что имеют на эту поддержку право, тогда как сами они не должны ничего и никому. Понятие ответственности перед собой отсутствует и в современном мусульманском обществе. Однако такая ответственность – прямое условие для развития коллективизма.

Не стоит путать с коллективизмом заботу о других; он предполагает приоритет группы перед индивидуумом. Племенной строй и землячество были самыми примитивными формами коллективизма в мусульманском мире; теперь же его подменили рабским отношением к государству. Коллективизм приводит к «стадному чувству», врагу развитого индивидуального мышления (*ijtihad*), необходимого для прогресса. Подобная «уравниловка» уничтожает стимул развития личностей, превращающихся в непродуктивных потребителей. Личность перестает воспринимать себя как наместника Всевышнего (*khulafā'*). Низшие формы коллективизма создают культуру, где зависимые друг от друга люди лишены самоуважения, что в свою очередь в области морали ведет к малодушию, а в области политики – к появлению или группировок, соперничающих за общественное мнение, или «сильной руки», узурпирующей власть.

Коран же обращается непосредственно к индивидууму, к личности, призывая принять роль *khulafā'*, выполнить волю Аллаха, вдохновляет бороться за благо для себя, общества и государства. Если мы и вправду хотим для других того же, чего и для себя, то мы хотим рациональности, ответственности и свободы.

В некоторых мусульманских странах детей учат быть пассивными и некритичными. Студентов обучают устаревшим правовым нормам: *закят* преподносится как налог с владения определенным количеством верблюдов, а милостыня рассчитывается в переводе на бушель ячменя или фиников, в то время как они практически необходимы в аграрных обществах, они становятся неактуальными в западных и в промышленно развитых городах. Книги по юриспру-

денции до сих пор включают разделы о правилах продажи и покупки рабов! В молодых мусульман вкладывают устаревшую и ненужную информацию, упуская при этом действительно важное – сострадание и заботу о нуждах других. Недостаток милосердия и есть основная беда будущего поколения уммы.

Главная необходимость обучения *закяту* не в том, чтобы научить считать верблюдов или финики, но чтобы усвоить важность солидарности, жертвенности, щедрости, необходимости делиться с нуждающимися. Научиться измерять глубину чувства сострадания и способности сопереживать нуждам немощных и обездоленных – важнее, чем научиться считать материальные блага. В нежном возрасте с помощью *закята* следует учить не правилам арифметических действий, а практике выражения братских чувств и обретения радости, которую испытывает дающий и милосердный.

Деформированная культура: отсталость и суеверие

Множество современных мусульман смотрят назад, а не вперед. Они ждут, когда случится беда, а потом спешат сделать хоть что-то, чтобы исправить ситуацию, редко достигая успеха, – вместо того чтобы продумать ее заранее и предотвратить проблему. Они подобны водителю машины, который смотрит только в зеркала заднего вида вместо того чтобы смотреть на дорогу перед собой.

Другой проблемой, которая останавливает развитие мусульманского общества, являются суеверия, вера в ворожбу и джиннов. Исламская цивилизация была создана знанием и наукой; мусульманские ученые, несмотря на веру в чудеса пророков, верили, что главное чудо, совершенное Пророком Мухаммедом – это передача Корана. Откровение Корана обращается к человеческому разуму, оно рационально. Коран призывает изучать, открывать, думать и созерцать; это его главные темы, те основы, которые родители должны заложить в умы своих детей, чтобы те осознали причинно-следственные связи, сохраняя крепкую веру в Бога и загробную жизнь. Цивилизацию не построишь на суевериях и ведовстве.

Многие слушают ужасные истории о людях, которые обращаются к исцеляющим «силам» духов, джиннов, звезд или волшебства, вместо того чтобы лечить свои семейные проблемы с помощью медицины и психологии. Такие практики инородны для Ислама и опасны для детского сознания. Задача родителей – заложить просветляющее научное восприятие, описанное в Коране. Коран признает *al-sunan al-Ilāhiyyah,* законы природы, которые управляют человеческой жизнью и мирозданием. Эти природные законы, направляемые посредством Божественного, даны Пророку в аятах:

> *Скажи: «Я не властен принести себе пользу или причинить себе вред, если того не пожелает Аллах. Если бы я знал сокровенное, то приумножил бы для себя добро, и зло не коснулось бы меня. Однако я – всего лишь предостерегающий увещеватель и добрый вестник для верующих людей»(7:188);*

Скажи: «Воистину, я – такой же человек, как и вы. Мне внушено откровение о том, что ваш Бог – Бог Единственный. Тот, кто надеется на встречу со своим Господом, пусть совершает праведные деяния и никому не поклоняется наряду со своим Господом» (18:110).

Научное сознание послужило основой для создания величайшей из известных цивилизаций. В течение «золотого века Ислама» именно мусульмане помогли европейцам преодолеть Темные века (Al-Hassani, 2011).

Долг в первую очередь родителей и во вторую очередь школы – воспитывать детей большого интеллекта, душевных качеств и характера, понимающих Божественные и природные законы, гуманитарные и социальные науки.

Современная цивилизация Запада обязана эстетической и правовой системой Риму и Греции, моральными нормами – христианству, а научным знанием – испанским мусульманам.

Роже Гароди, французский философ
(Al Hewar, 2002)

Пророк говорил:

«Близко то время, когда другие народы будут набрасываться на вас со всех сторон, как набрасываются на миску с едой». Его спросили: «Это произойдет потому, что нас будет мало?» Он ответил: «Нет, в то время вас будет много, но вы будете разрознены, как сор в потоке. Аллах вытащит из сердец ваших врагов трепет перед вами и поместит в ваши сердца слабость (wahn)». Его спросили: «Что это за слабость?» Он ответил: «Это любовь к мирской жизни и неприязнь к смерти» (Абу Давуд).

Сбалансированный подход

Мы предлагаем родителям честно взглянуть на свою веру. Мудрое понимание ритуалов и ценностей вашей религии будет иметь важное значение для воспитания детей и способно привить им защиту от страха, замкнутости, косности и принуждения.

В ранний период Ислама ученые (*'alims, fuqahā'* и муллы) придавали особое значение ритуалу и поклонению (*'ibādāt).* Коран отмечает еще поминание Всевышнего (*dhikr)*. Все эти элементы важны при воспитании детей. Родители должны понимать мусульманский взгляд на мир и учить ему детей с того момента, когда дети станут способны его понимать. Ребенку нужно объяснить, что наш земной долг – жить в соответствии с правилами и ценностями, данными Богом, и достичь этого можно через поклонение. Это поможет им понять весь смысл жизни и стремиться к Истине.

Поведение родителей – это тот образец, на который будут равняться дети. Поэтому мы должны всегда помнить о Всевышнем и стараться поступать так, чтобы улучшить себя и порадовать Его. Мы должны делать все возможное, чтобы распространять добродетель, заботиться об окружающей среде, расширять знание и помогать освободиться тем, кто угнетен. Дети лучше поймут суть и значение *'ibādāt*, если увидят, как его практикуют их родители и если им объяснят, что жизнь – экзамен на человеческие качества и они должны стремиться к лучшему и в личной, и в общественной сфере.

Следующие аяты демонстрируют правильное формирование детского взгляда на мир:

Скажи: «Воистину, мой намаз и мое жертвоприношение (или поклонение), моя жизнь и моя смерть посвящены Аллаху, Господу миров. Нет у Него сотоварищей. Это мне велено, и я – первый из мусульман» (6:162–163);

Воистину, намаз оберегает от мерзости и предосудительного. Но поминание Аллаха – гораздо важнее, и Аллах знает о том, что вы творите (29:45);

Они дают пищу беднякам, сиротам и пленникам, несмотря на то, что она желанна и для них самих.
Они говорят: «Мы кормим вас лишь ради Лика Аллаха и не хотим от вас ни награды, ни благодарности! (76:8–9);

Аллах обещал тем из вас, которые уверовали и совершали праведные деяния, что Он непременно сделает их наместниками на земле, подобно тому, как Он сделал наместниками тех, кто был до них. Он непременно одарит их возможностью исповедовать их религию, которую Он одобрил для них, и сменит их страх на безопасность. Они поклоняются Мне и не приобщают сотоварищей ко Мне. Те же, которые после этого откажутся уверовать, являются нечестивцами (24:55).

Учите детей любви к Корану

Чтобы научить детей любить Бога, им нужно преподать Коран как нечто большее, чем религиозная книга, которую достают только по большим праздникам и о которой забывают все остальное время. На чем следует останавливать больше внимания – на информации или на эмоциональном и психологическом развитии ребенка? Информацию можно получать всю жизнь, а вот верное эмоциональное и психологическое развитие должно происходить в раннем детстве, до подросткового возраста.

И в наши дни родители постоянно пугают детей ужасами Ада *(jahannam)* вместо того чтобы чаще говорить о любви, милосердии и сострадании Аллаха и красоте Рая. Мы расписываем в красках, как наши потомки будут гореть в Аду, если не послушают Бога, нас или допустят какую-нибудь ошибку, вместо того чтобы рассказать, как они будут вознаграждены в Раю, если выберут верный путь и будут поступать по заветам Аллаха, родителей, помогать ближним. Мы постоянно пугаем детей и напоминаем им о наказании, если они станут преступниками, но редко вдохновляем их и напоминаем о любви к Богу и поощрении, которые они получат за хорошее поведение. В такой обстановке дети вырастают в трусливых и запуганных взрослых. Они прячутся за негативными жизненными установками, не уверены в себе и, что самое ужасное, уже разочарованы в своей вере.

Учителя чаще всего начинают учить детей Корану с последней части *(juzu' 'ammah)* – коротких сур, ниспосланных в мекканский период передачи Откровения. Выразительные аяты этих сур обращены к заносчивым угнетателям из племени Курайшитов и жестоким лидерам язычников, таким как Абу Джахль и Абу Лахаб. В этих сурах Коран обращается к тем, кто пытал и убивал мусульман, замышлял устранение Пророка и начал войну с верующими. Эти суры должны были призвать язычников к покаянию, их гневные аяты, содержащие ужасные предупреждения, обрушились на их уши как гром:

Да пропадут пропадом руки Абу Лахаба, и сам он пропал (111:1);

Горе всякому хулителю и обидчику (104:1);

Дошел ли до тебя рассказ о Покрывающем (Дне воскресения)?
Одни лица в тот день будут унижены
изнурены и утомлены.
Они войдут в Огонь жаркий.
Их будут поить из источника кипящего
и кормить только ядовитыми колючками (88:1–6);

Горе обманщикам (83:1);

Когда земля содрогнется от сотрясений… (99:1)

К сожалению, хотя эти ужасающие строки были адресованы вовсе не чистым детям, именно они первыми звучат в процессе обучения Корану! Причина проста: эти суры короткие, и их легко запоминать. Однако вместо того, чтобы в юном возрасте пугать детей Адом и наказанием, лучше прививать им любовь к Богу, уважение к родителям и представление о красоте Рая: это заложит в их детскую неокрепшую психику чувства защищенности, любви, тепла, щедрости. Понимание Бога лучше начинать с представления о Божественной любви, милосердии, доброте, щедрости, прощении. **Детям следует говорить, что они хорошие, и утверждать, что Бог любит их, еще до того, как учить их любви к Богу.** Условием должна быть любовь Бога, и уже затем – необходимость любить Его.

Когда дети начинают это понимать, можно аккуратно объяснить им, что Ад – это наказание за дурные дела. Суры, содержащие предостережения за совершение грехов, должны быть предложены для изучения только тогда, когда ребенок способен извлекать уроки вместо того, чтобы слепо бояться. Чаще всего это происходит в позднем детстве и подростковом возрасте, когда дети могут применять абстрактные идеи к конкретным действиям.

Нужно очень внимательно следить за тем, как развиваются детский ум и психика, и соответственно этому развитию предлагать для изучения суры Корана. Большинство сподвижников Пророка познали Коран, будучи уже взрослыми, и даже в этом возрасте Коран сильно повлиял на них. Сильные характеры только укрепились после знакомства с Кораном. Корановеды вместе с экспертами в области образования и социальных дисциплин могут посоветовать родителям, какие аяты следует изучать в конкретном возрасте и на конкретном этапе развития ребенка. Конечно, в течение жизни надо узнать все аяты Корана; но уж конечно не стоит начинать с его последней части только потому, что она содержит 37 коротких сур: исходить надо не только из того, что проще зазубрить.

Родители, не говорящие на арабском, должны объяснить детям смыслы аятов на своем языке; сейчас же внимание уделяется только тому, чтобы тупо заучить звучание строк без понимания содержания. Родители должны найти хороший перевод Корана и, помимо уроков чтения, давать уроки интерпретации (*tafsīr)*, чтобы дети познакомились с посланием Корана миру. Если родители не могут сделать это сами, надо найти учителя или образовательную программу, которые помогут справиться с данной задачей. Можно воспроизводить дома аудиозаписи чтения Корана, чтобы дети привыкали к его звучанию. Необходимо постоянно упражняться в чтении, чтобы дети привыкли читать Коран каждый день. Арабский язык может стать вторым для изучения. Многие хорошие

детские книги содержат истории из жизни пророков, отрывки из Писаний, притчи, из которых стоит извлечь соответствующие уроки, – выбор таких книг также сделает Коран более знакомым и понятным.

Учите детей молитвам

Существует множество коротких молитв, чтение которых укрепляет представление о Боге, Который заботится о нас каждую секунду нашей жизни. Их легко запомнить, и они помогут приучить ребенка благодарить Его и просить Его помощи. Регулярное чтение молитв предотвращает любые попытки оттеснить мысль о Боге на задний план.

Родители должны громко благодарить Бога до и после еды и могут попросить детей повторять *du'ā'* (обращение) за ними. Не стоит забывать про *du'ā'* при выходе из дома и возвращении в дом, перед сном и после пробуждения. Это прививает чувство благодарности. Полезно приучить ребенка произносить «Бисмилла» *(Bismillāh)* («во имя Аллаха») перед началом любого дела. Хотя сначала это покажется скучным и тривиальным, на этом стоит настаивать: это приучит детей к практике *зикра* и сделает общение с Всевышним естественной частью их жизни. Дети привыкнут видеть Его Милосердную Руку во всем.

Приучать к обязательным молитвам (*salat*) следует как к естественному элементу жизни. Родители – лучший пример для детей. Созовите детей на молитву *(adhān)* и серьезно относитесь к самому процессу молитвы. Очень часто мы торопимся закончить молитву, – дети это заметят и будут относиться к молитве так же. *Du'ā'* – просьбу к Всевышнему обо всем, что нам требуется, – надо совершать до и после обязательной молитвы, чтобы дети учились делать то же.

Учите детей покаянию

Дети должны понимать, что любое действие имеет последствия, что плохое поведение постыдно и Бог знает о нем, и после совершения плохого дела нужно раскаяться. Недостаточно попросить прощения и забыть о сделанном: дети должны понимать, что нужно принести Богу искреннее сожаление о содеянном. Это открывает двери Божественному состраданию и помогает родителям показать Божественную любовь и милосердие.

Не стоит рассчитывать на детскую благодарность за попытки подобного обучения; скорее, эти уроки вызовут капризы и всевозможное противодействие. Тем не менее, настойчивое повторение и объяснение ситуации твердым голосом, побуждение искренне каяться помогут научить детей избегать неправильных поступков. Позже, когда дети вырастут, они уже будут знать, как вернуть расположение Бога.

Учите детей истории Ислама

Настоятельно рекомендуем родителям время от времени пополнять домашнюю библиотеку и читать с детьми. Они могут читать поучительные истории о Пророке – его жизни, делах и миссии, о его внуках, сподвижниках и последователях. Такие истории позволят детям приблизиться к пророкам, проводить ассоциации; возможно, дети захотят выбрать именно пророков в пример для подражания. Конечно, подобные истории первоначально нужно преподносить в виде сказок и соответственно возрасту ребенка. Родители должны также читать детям о сильных мужчинах и женщинах – признанных лидерах.

Рассказывайте детям о достижениях исламской цивилизации. Берите их в музеи, чтобы познакомиться с историей, архитектурой, искусством Ислама. Музеи – прекрасное место, чтобы вдохновиться историей, и там часто предлагаются занятия для детей, в которых могут поучаствовать и родители. Существует также много интернет-ресурсов, рассказывающих о достижениях исламского мира – к примеру, «1001 изобретение». Прекрасным материалом будут книги и диски, посвященные красоте и чудесам мира, в котором мы живем.

С процессом взросления светский мир будет все больше вторгаться в их мышление. Будьте готовы отвечать на вопросы, например, о теории эволюции, которая до сих пор является недоказанной в науке теорией. Дети становятся все более любопытными, когда начинают познавать мир, и наивно думать, что мы сможем оставить их исключительно в границах исламской культуры. Если представления о Боге и Его творении заложены глубоко, то их противоречия со взглядами светской культуры будут преодолеваться намного проще. Дети должны иметь твердые основы и исходя из них принимать или отвергать новые факты и теории о мироустройстве.

Учите детей манерам

Исламская концепция поведения базируется на традиционных представлениях о морали *(ādāb)*. Детей надо учить говорить «спасибо» и «пожалуйста» так же, как «*Альхамдулиллах*» («слава

Богу»), «*иншаллах*» («Если пожелает Бог»), «*ас-саляму алейкум*» («да пребудет с тобой мир!»), – очень часто это прекрасное приветствие заменяют на безликие «привет», «пока»… Детей надо учить правильно есть и пить, носить соответствующую одежду, вежливо вести себя в обществе.

Важно поддерживать детей и дом в чистоте, аккуратности. Дом должен быть организован так, чтобы дети сами могли занимать себя. Не портите детей. Иногда вместо роскошного ужина лучше приготовить простое блюдо, чтобы ребенок научился ценить пищу. Частые похвалы и восхищение могут привести к тщеславию и повышенному самомнению. Совершенно не обязательно покупать все понравившиеся им игрушки, но если дети что-то действительно очень хотят, то иногда можно предложить им «заслужить», «заработать» такое поощрение, выполняя какие-то дела. Следует напоминать, что Всевышний может дать им что-то куда более ценное. Предлагайте альтернативы желаемому, если оно недостижимо, учите детей ждать того, что они хотят, и все закладываемые ценности и дисциплина послужат им на пользу в настоящем мире и в будущей жизни.

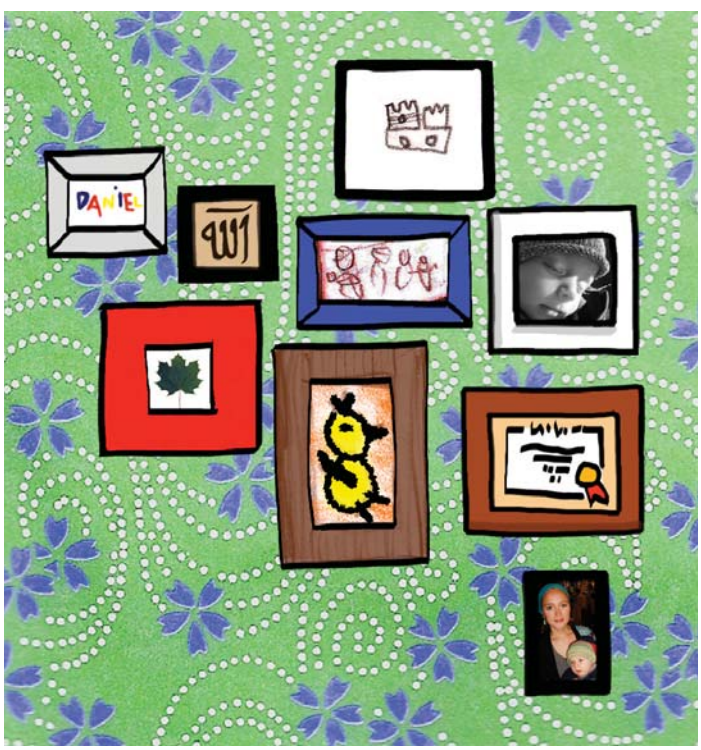
Что сказать детям сначала: что они должны любить Бога или что Он любит их?

Если мы говорим детям: «Я люблю Бога, Он создал меня и землю, солнце и луну» – какое послание мы в них вкладываем? Во-первых, дети не получают представления о Боге, – это абстрактная идея, которую им сложно осознать. Какая им разница – любить или не любить то, что они не знают? Более того, для них собственное существование и мир вокруг них не есть нечто удивительное.

УЧИТЕ ДЕТЕЙ:

Бог любит тебя, Он создал тебя и мир, чтобы тебе было хорошо.

Они безусловно захотят выстраивать отношения с такими любящим и заботливым Существом и знать о Нем больше и больше.



Но если поменять формулировку и говорить: «Бог любит тебя, Он создал тебя и мир, чтобы тебе было хорошо», – они, безусловно, захотят узнать, Кто это, Кто любит их и заботится о них и их счастье. Они захотят выстраивать отношения с таким любящим и заботливым Существом и знать о Нем больше и больше.

Существует тесная взаимосвязь между поклонением, жизнью и добровольным подчинением воле Всевышнего. Наше поведение должно быть основано на стремлении порадовать Его, – Единый Источник блага и правды. Чтобы Его порадовать, нужно исполнять Его заповеди, улучшать жизнь свою и окружающих. Мы совершенствуем свою личность тем, что стараемся быть трудолюбивыми, честными, полезными для других, и продвигаемся ближе к Создателю. Мы помогаем себе, уважая жизнь, собственность и достоинство других, развивая правосудие, сострадание и свободу, избегая тирании и насилия над другими. Эта борьба требует бесконечного обращения к Богу и Его прекрасным качествам. Соблюдение обрядов усиливает нашу связь и любовь к Всевышнему. В этом случае Бог благословит нас и даст нам силы для достижения того, что хорошо и правильно.

Знание себя: проблемы арабского образования

Сегодня как никогда актуален призыв к получению образования и активизации исследований (*ijtihad*). Объединенный отчет о развитии человечества (2009) показывает ужасающее состояние науки и исследовательской практики в арабском мире. Сейчас арабы оказались позади других наций даже в деле сохранения своей собственной культурной традиции. В 1991 г. исследование ООН продемонстрировало, что в арабских странах – самый низкий показатель публикаций в мире. Лидирует Европа, – там создается в пять раз больше публикаций.

Отчет показывает растущую пропасть в развитии между арабским миром и его окружением. В стремлении все контролировать авторитарные арабские государства убили в своих гражданах творческое начало и жажду развития. «Подавление свободы под эгидой ложной защиты, цензура и самозваные сторожевые псы общественной морали – это отрицание свободы. Первые жертвы этого отрицания – творчество, инициатива, инновации и знания» (The Economist, 2003).

Родителям не следует перекладывать ответственность за ребенка на государство. Они должны оставаться примером для подражания и главными учителями своих детей, противостоять вызовам времени, став основной силой в изменении общества. Родители – это главный «запал» для процесса эффективных реформ, который должны поджечь реформаторы и учителя, способные научить родителей, что и как делать. Именно просвещенные родители, имея непреходящее влияние на своих детей, могут изменить характер будущих поколений.

Задания

Задание 21: Прогресс Японии и Германии и отсталость мусульманских стран.

На встрече семейных пар обсудите вопросы:

Почему многие мусульманские страны не развивались, в то время как Япония и Германия, несмотря на поражение во Второй мировой войне, оказались среди лидирующих стран?

Почему некоторые мусульманские страны до сих пор сбрасывают отходы в воду, имеют плохую систему образования, экспортируют сырье по дешевке и приобретают произведенные из него же дорогостоящие товары?

Почему мусульманский мир до сих пор имеет самые высокие показатели неграмотности, в то время как Коран высоко оценивает образование?

Задание 22: Установление связей между детьми и Создателем – как можно раньше!

Хотя пятикратная молитва призвана постоянно напоминать нам о Всевышнем, существует множество дел, совершая которые нам нужно обращаться к Богу.

Детей надо учить практике поминания (*dhikr*) Создателя. Один из действенных способов – научить постоянно обращаться к Всевышнему так, как это делал Пророк, с момента пробуждения и до отхода ко сну. Это не занимает много времени, но улучшает наше сознание, направляет действия в нужном направлении (особенно перед началом еды и после приема пищи). Родители могут каждую неделю выбирать по одной-две молитвы-*дуа* и после их закрепления переходить к следующим. Объясняйте детям смысл этих молитв. Этим молитвам можно учить не только на арабском, но и на родном языке.

При пробуждении: *Хвала Аллаху, Который оживил нас после того, как умертвил нас, и к Которому [мы вернёмся после] воскрешения.*

إذا أفاق من نومه قال: الحمد لله الذي أحيانا بعد أن أماتنا وإليه النشور

Увидев свет восхода: *Мы дожили до утра, и этим утром власть принадлежит Аллаху, Господу миров.*

إذا رأي نور الفجر قال: أصبحنا وأصبح الملك لله والحمد لله

Стоя перед зеркалом: *Слава Единственному, Сотворившему меня. О Аллах, усовершенствуй мое поведение так же, как Ты создал меня.*

إذا نظر إلى المرآة قال: الحمد لله الذي خلقني فسواني، اللهم حسن خُلُقي كما أحسنت خَلْقي

При одевании: *Хвала Аллаху, Который одел меня в то, чем я прикрою свою наготу [awrah] и что послужит мне украшением в моей жизни.*

إذا لبس ثوباً قال: الحمد لله الذي كساني ما أواري به عوراتي وأتجمل به في حياتي

При входе в мечеть: О *Аллах, открой для меня врата милосердия Своего, и разреши мне припасть к сокровищами Твоего знания!*

إذا دخل المسجد قال: اللهم أفتح لي أبواب رحمتك وانشر علي خزائن علمك

Перед едой: *Хвала Аллаху, который накормил и напоил нас и сделал нас мусульманами!*

إذا أكل طعاماً قال: الحمد لله الذي أطعمنا فأشبعنا وسقانا فأروانا وجعلنا مسلمين

При питье воды: *Слава Аллаху, который сделал воду сладкой по Своей Милости, а не горькой и не соленой из-за наших грехов.*

إذا شرب الماء قال: الحمد لله الذي جعل الماء فراتاً برحمته ولم يجعله ملحاً أجاجاً بذنوبنا

Заходя в туалет: *С именем Аллаха, о Аллах, поистине, я прибегаю к Тебе от порочности и дурных поступков*

إذا دخل الخلاء قال: أعوذ بالله من الشيطان الرجيم اللهم إني أعوذ بك من الخبث والخبائث

Выходя из ванной: *О Аллах, даруй мне прощение. Слава Аллаху, который спас меня от вреда и наградил меня хорошим здоровьем.*

إذا خرج من الخلاء قال: غُفرانك الحمد لله الذي أذهب عني الأذى وعافاني

Выходя из дома: *С именем Аллаха, я уповаю на Аллаха, нет мощи и силы ни у кого, кроме Аллаха. О Аллах, поистине, я прибегаю к Тебе от того, чтобы сбиться с пути или быть сбитым с него.*

إذا خرج من البيت قال: بسم الله توكلت على الله اللهم إني أعوذ بك أن أضل أو أُضل

Входя в дом: *С именем Аллаха мы вошли, с именем Аллаха вышли и на Господа нашего стали уповать.*

إذا دخل البيت قال: بسم الله دخلنا وبسم الله خرجنا وعلى الله توكلنا

Задание 23: Учимся быть благодарными

Попросите детей придумать собственные обращения к Богу на родном языке в духе тех, что предложены выше, и обсудите их.

Задание 24: Подведем итоги

Пусть ребенок прочтет вслух эту правдивую историю. Обсудите ее, добавляя собственный опыт. Благодарение Богу даже за маленькие благодеяния приводит к удовлетворению, которое защищает нас от чувства зависти, обиды и грусти. Это секрет счастья и лекарство от страстей.

Я знала молодую женщину, у которой были серьезные проблемы. Ее родители развелись, она ухаживала за больной матерью, работала целый день, но не могла выбиться из нужды. И, несмотря ни на что, она радостно относилась к жизни: «Если я просыпаюсь утром и хожу своими ногами, значит, все прекрасно!»

Другими словами, сконцентрируйтесь на том, что имеете, и думайте о том, чего можете достигнуть в будущем. Пророк сказал: «Кто проснулся утром в безопасности, здоровым и имея дневное пропитание, тот как будто владеет всем этим миром» (Ат-Тирмизи и Ибн Маджа)

Задание 25: Семь идей для обучения детей

Пусть ребенок прочтет следующий хадис. Обсудите каждый его пункт и постарайтесь приложить их смысл к современной жизни и собственному опыту.

«Есть семь категорий людей, которые получат убежище под Господней тенью в День Суда, когда не будет никакой другой тени, помимо Его тени. Это будут: справедливый правитель; юноша, который провел свою юность в почитании и служении Аллаху; тот, чье сердце было постоянно приковано к мечети; два любящих человека, которые возлюбили друг друга во имя Аллаха и которые соединились ради Него, а потом ради Него расстались; тот, кто был приглашен на греховную утеху богатой красивой женщиной, но отказался, говоря: “ Я страшусь гнева Господа”; тот, кто дает милостыню втайне, не выставляя это напоказ, так, чтобы левая рука не знала, что творит правая; тот, чьи глаза проливаются слезой при поминании Аллаха в уединении» (Аль-Бухари и Муслим).

ГЛАВА 5

Хорошие родители: с чего начать?

- Введение
- Основные проблемы родителей
- Уроки воспитания от Моисея
- Заключение
- Задания

Введение

В предыдущих главах мы старались объяснить суть плана всестороннего воспитания и выделили некоторые способы его реализации. Мы отметили необходимость прислушиваться к природному родительскому инстинкту, который в соединении с этим планом может стать руководством для воспитания хороших детей. Гибкость предлагаемого подхода позволяет родителям применить собственные методы воспитания благочестивых, ответственных и социально активных детей. Мы обратили внимание, что воспитание хороших детей имеет куда более глубокие последствия, чем счастливая семейная жизнь и наш душевный мир; от правильных действий родителей зависит создание строительных кирпичей общества и цивилизации как таковой.

Но даже хороший план, облегчающий сложные задачи воспитания, не может быть полным, если не включает предупреждение о возможных проблемах и ошибках воспитательного процесса. В этой главе мы остановимся на некоторых сложностях и предложим разумные варианты их решения. Хотя в предыдущих главах мы и упоминали некоторые из возможных «подводных камней», нам кажется, что обращение к ним в комплексе позволит родителям и детям подготовиться к тем сложностям, с которыми им придется столкнуться в современном мире.

Основные проблемы родителей

Хорошее воспитание кажется простой задачей, если не знаешь – как, но куда более сложной, если понимаешь, что к чему.

Дети говорят: наши родители нас достали

Родители говорят: наши дети свели нас с ума

Хватит обвинять друг друга!

Разберитесь в своих проблемах

Проанализируйте задачи и терпеливо решайте их вместе!

Наша жизнь – череда испытаний, и воспитание – одно из самых сложных; зато награда за него бесценна. Если родители сразу осознают глубину проблем, с которыми им придется столкнуться, это очень поможет им не переоценивать и не недооценивать непременные сложности. Если они будут думать, что воспитание – простая штука, то не будут готовиться к этой задаче должным образом; если же решат, что это слишком сложно для них, то могут испугаться и сдаться заранее. Мы постараемся выделить главные трудности, и возможно, родители испытают облегчение, увидев, что не одиноки в них. Очень помогает обсуждение проблем с другими – вы будете удивлены, увидев, сколь многие ваши трудности на самом деле общие.

Вот примеры некоторых проблем, с которыми сталкиваются родители:

Недостаток опыта

После рождения первого ребенка родители просто не знают, что им делать. Возможно, они и готовы к этому морально, но часто просто не имеют практических навыков. Тут может помочь опыт других родителей.

Раньше воспитание было простым делом: мать направляла ребенка, просто дергая его за ухо.

Ежедневное давление

Многие родители испытывают сложности из-за принятого разделения обязанностей между мужчиной и женщиной: матери остаются дома на весь день, отцы уходят на работу. В результате вечером женщины стремятся вырваться из домашней клетки, а их мужья предпочитают остаться в домашних стенах. Если родители не будут считаться друг с другом, то могут возникнуть трения.

Отцы должны обеспечивать не только материальные потребности семьи.

С возрастом нам пора начать понимать, что быть отцом – это обеспечивать детям не только еду и крышу над головой.

Ежедневная рутина

В воспитании не существует обеденных перерывов и отпусков, и мы должны понимать, что делаем эту работу 24 часа в сутки, 7 дней в неделю, 52 недели в году без выходных. Нельзя «развестись» с собственными детьми. Ставший родителем однажды остается им на всю жизнь, и ничто не снимает с него эту ответственность.

Что сложнее: быть отцом или президентом США?

«Я могу делать только одну из двух вещей: я могу быть или президентом США, или контролировать свою дочь Алису. Возможно, я не смогу делать и то, и другое одновременно».

Теодор Рузвельт (1858–1919), президент США

«Отданный мной приказ беспрекословно выполняют миллионы; но я не могу заставить трех своих дочерей спуститься к завтраку вовремя».

Британский фельдмаршал Арчибаль Уэйвелл (1883–1950) (Shaw 1998)

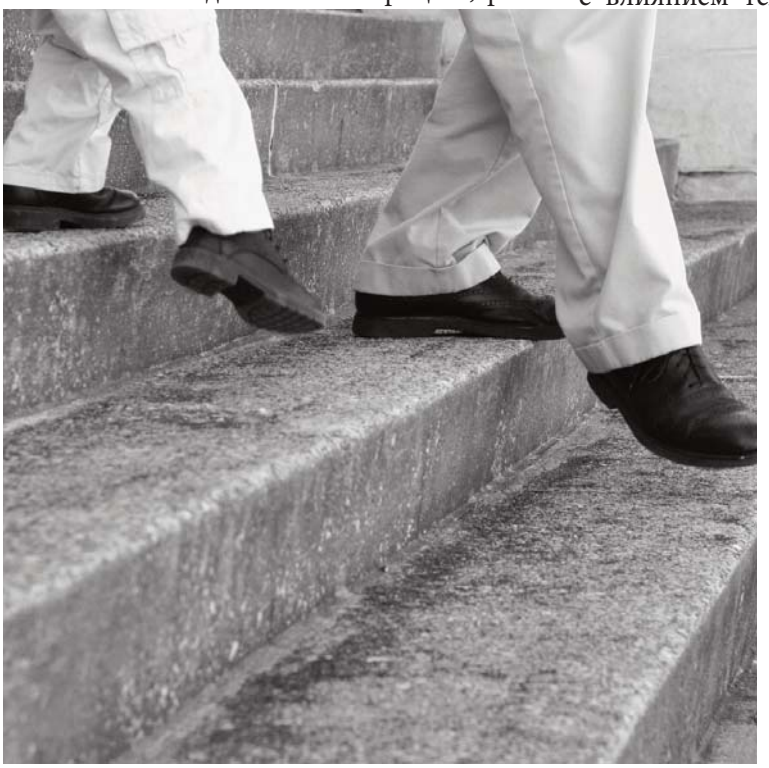
Все починено детям

После появления ребенка необходимость ухода за ним невозможно игнорировать или отложить. У детей свой ритм жизни, свои биологические часы, и родителям придется не просто считаться с ними, но подчиняться им. Родители не могут ускорить или замедлить процесс взросления малыша; если они попытаются воспрепятствовать этому, то столкнутся с катастрофой. Весь мир спешит,

но не дети. Великая мудрость – слушать шаги природы, а ее секрет – терпение.

Воспитание – долгосрочная инвестиция времени, усилий и денег

Воспитание – длительный процесс, результаты которого совсем не очевидны. Могут пройти годы, прежде чем родители смогут увидеть, что их ребенок стал добродетельной либо аморальной личностью.



Родители – лишь одна из многих влияющих на детей сил

Родители должны понимать, в каком мире будут расти их дети; мир же этот постоянно меняется. Например, развитие технологий принесло дополнительные проблемы – телевизоры, Интернет, сотовые телефоны, социальные сети, компьютерные игры. Усилилось преклонение перед поп- и кинозвездами. Даже если ребенок не привязан к техническим новинкам, он все равно окружен опасностями. Родители не одиноки и не свободны в процессе воспитания, им приходится выдерживать конкуренцию с влиянием телевидения, Интернета и сверстников. Взрослым следует четко осознать, что они – лишь один из факторов влияния на молодежь. Даже правильно ориентированные и подготовленные родители не смогут сделать Интернет менее грязным, уличных бандитов – менее жестокими, СМИ – менее пошлыми.

С возрастом все большее влияние на ваших детей приобретают сверстники. Дети, как правило, копируют ценности и поведение своих друзей. Тинэйджеры часто привязываются к своей компании и дистанцируются от родителей. Браться и сестры тоже оказывают друг на друга серьезное влияние, их общение может диктоваться соревновательностью, ревностью.

Младенцы не могут говорить

Просто подумайте, как сложно общаться с бессловесными животными, и представьте младенцев: очень сложно понять их нужды, мысли и чувства. Ребенок – не маленький взрослый, а взрослый – не большой ребенок.

Мы советуем читать Коран детям, потому что они запоминают слова еще до того, как начинают говорить.

Невообразимое восприятие!
Когда мне было 14 лет, мой отец был настолько глуп, что я трудом мог выносить его. Но когда мне исполнилось 21, я был удивлен, как многому он научился за 7 лет.
Марк Твен

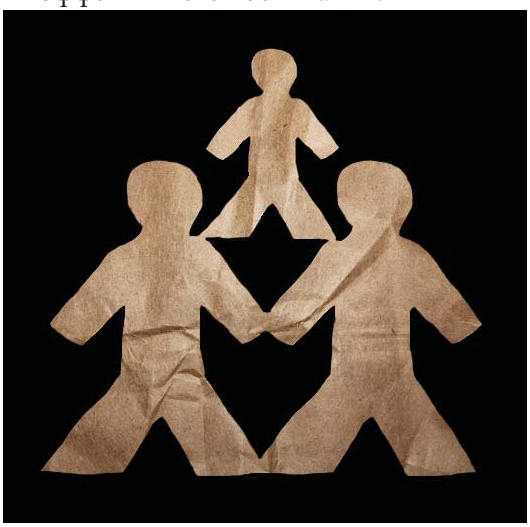
Ха-ха! Теперь я знаю!
Дети презирают родителей где-то до 40 лет, когда вдруг становятся очень похожими на них, – и сами становятся презираемы собственными детьми.
Квентин Крив, американский писатель

Восприятие детей меняется
О, быть бы хоть наполовину такой прекрасной, какой я казалась моему ребенку, когда он был мал, и только наполовину такой глупой, какой я кажусь ему, когда он стал подростком!
Ребекка Ричардс (Brown, 1994)

Воспитание – своевременная обязанность.
Мы виноваты во многих ошибках и преступлениях, но худшее из них – то, что мы бросаем и игнорируем детей, этот фонтан жизни. Многое из необходимого нам может подождать, но не ребенок. Ребенку мы не можем сказать «завтра». Он сегодня.
Габриэла Мистраль, лауреат Нобелевской премии по литературе

Междисциплинарное воспитание

Воспитание требует целого набора умений, о многих из которых мы и не подозреваем. Оно включает в себя целый ряд «специальностей», таких как психология, социология, экономика, медицина, биология, менеджмент и искусство. Воспитание – это и наука, и творчество. Чем более сложным становится постоянно меняющийся мир вокруг, тем больше умений требуется от родителей. Обладание ученой степенью по какой-либо научной дисциплине не обеспечивает счастливой и сильной семьи. Общение остается необходимой частью хорошего и эффективного воспитания.



Отец и мать должны действовать в команде

Работа в команде – подчас самая сложная задача для родителей. Супруги должны быть совместимы, чтобы действовать вместе. Супруг, которого мы выбираем, - это еще и будущий отец или мать. Многие ли из нас задумываются об этом перед свадьбой? Работа в команде требует большего, чем любовь и откровенность, она требует знаний, умений и единого взгляда на жизнь. Очень важно, чтобы родители не обвиняли друг друга в неудачах, если что-то пошло не так. Их сын или дочь постоянно меняются, превращаясь из ребенка во взрослого, и это требует слаженности действий.

Воспитание – это умение правильно управлять ресурсами

Конечно, можно нанять бухгалтера для подсчета семейных финансов, гувернера – чтобы заботиться об образовании ребенка, и няню для заботы о его здоровье. Но управление семьей никому нельзя передать: если с этим не справляются родители, не справится никто. Управление семьей предполагает отдачу любви, нежности, времени и внимания. Это неотделимая часть воспитания, которую родители могут выполнить только сами. Достаточно посмотреть на марксистские эксперименты в Советской России, где ответственность за воспитание детей была возложена на посторонних семье людей. То же происходило и в Спарте. Эти эксперименты стали колоссальной неудачей для вовлеченных в них детей. Хорошее управление временем и ресурсами куда больше необходимо одиноким родителям, которые вынуждены работать в экстремальном режиме.

Восприятие детьми родителей может не совпадать с ожиданиями

Дети могут считать родительскую помощь вмешательством, проявления любви и заботы – помехой, а советы – попытками контролировать. Для детей зачастую реальность смешивается с их фантазиями и ожиданиями, поэтому важно понимать мысли, чувства, реакции своих детей. Спросите их – нравится ли им то, что вы для них делаете?

Знай, что и когда говорить детям

Уроки, которые взрослые и дети извлекают из одних и тех же историй, могут не совпадать. К тому же очень заманчиво сыграть на детской чистоте и наивности, чтобы добиться результатов, которые сделают жизнь родителей проще. Например, когда дети едят гранат, родители вместо того чтобы сказать, что гранатовый сок трудно отстирывается от одежды и потому есть плод надо предельно аккуратно, рассказывают некие притчи о том, что каждый гранат имеет одно зерно из Рая и дети должны аккуратно обсасывать каждое зернышко, чтобы не пропустить одно божественное. Некогда так же матери говорили дочерям при переборке риса.

Очень важно избежать предрассудков и в определенном возрасте объяснить ребенку, что многое из того, что ему говорили – сказки, легенды, выдумки. Наиболее распространенная сказка для

В каком возрасте уместна эта история?

Лев, волк и лиса добыли корову, козла и кролика. Лев приказал волку: «Раздели добычу». Волк ответил: «Корова – тебе, козел – мне, а кролик – лисе». Лев зарычал на него и убил, а потом повернулся к лисе: «Как ты разделишь добычу?» Лиса ответила: «Кролик – тебе на завтрак, козел – на обед, корова – на ужин». Лев спросил, – где лиса научилась такой мудрости?, и лиса сказала: «У разбитой головы волка».
Если эту басню рассказать ребенку, он научится трусости и притворству. Если ее рассказать взрослому, он научится быть осторожным и осмотрительным.

детей – про Санта Клауса, который появляется на Рождество и одаривает детей подарками, и очень не желательно, чтобы дети думали, что добрый сказочный персонаж важнее, чем Бог.

Насаждение ложных концепций

Салим в детском саду отказался идти в ванную комнату и объяснил воспитателю: «Родители говорят, что в туалетах живут джинны и Сатана. Я боюсь оставаться с ними».

Хамиду сказали, что ангелы не заходят в ванную комнату. Но ранее ему внушали, что два ангела всегда следят за его поступками. Получается, что в ванной он оказывается без поддержки ангелов? Ребенок никак не мог решить этот вопрос и был в замешательстве.

Некоторые родители, руководствуясь безусловно добрыми побуждениями, придумывают странные объяснения для запрета есть свинину. Детей учат, что свиньи – грязные животные и с ними надо обращаться с жестокостью. Родители не могут объяснить, что все животные – прекрасные творения Бога, но не всех дозволено есть, потому что все создания имеют свое назначение и мы должны их беречь.

Некоторые наиболее рьяные родители закладывают неправильное отношение к тем, кто совершает ошибки: они не видят разницы между плохим действием и тем, кто его совершил, например, ненавидят курящих так же, как и курение. Это заставляет детей ненавидеть людей вместо того чтобы любить их и исправлять их ошибки, и может привести к тому, что дети станут заносчивыми.

Создание позитивного представления о самом себе

Девочки-подростки окружены мифами о красивом теле, которые навязывают глянцевые журналы и голливудские звезды, и могут помешаться на низкокалорийном питании, косметике и модной одежде. Проплаченные СМИ утверждают, что «худой – значит красивый».

Для детей переход от нежного детства к подражанию взрослым сопровождается ложными представлениями о совершенстве. Это добавляет напряжения родителям, которые хотят, чтобы их дети наслаждались детством, и обостряет необходимость заложить здоровые моральные ценности, уверенность и хороший характер (Williams, 2002).

Детское чувство удовлетворения должно исходить из ценностей общины, общения и семейных уз, а не от ложных источников удовлетворения, рекламируемых СМИ (деньги, власть и слава).

Уроки воспитания от Моисея

Слушай, Израиль: Господь, Бог наш, Господь един есть (Втор. 6:4).

Урок 1. Расставляйте верные приоритеты!
Как родителям научить детей расставлять приоритеты? Не важно, что мы знаем, если мы не знаем, что важно. Если мы забываем Бога, то становимся рабами действительности.

И люби Господа, Бога твоего, всем сердцем твоим, и всею душею твоею и всеми силами твоими (Втор. 6:5).

Урок 2. Отношения важнее правил.
Выделяйте основные, важные, значимые простые и преобразующие правила. Правила не плохи, но они меняют внешнее поведение, а не внутреннее. А вот любовь меняет сердце и мотивы человека.

И да будут слова сии, которые Я заповедую тебе сегодня, в сердце твоем (Втор. 6:6).

УРОК 3. Усваивайте Писания.
Важно, чтобы родители сами впитали Божественное Откровение, прежде чем учить ему детей. Родители не могут раскрыть то, чего не знают, поэтому они должны сами практиковать то, что проповедуют. Если этого нет дома, не стоит и стараться этому научить.

И внушай их детям твоим и говори о них, сидя в доме твоем и идя дорогою, и ложась и вставая (Втор. 6:7).

Урок 4. Важно не количество затраченного времени, а его качество.
Родители должны ловить подходящие, спонтанно возникающие моменты для обучения, даже если не были готовы к ним. Взрослые могут дать детям все, кроме самого важного: времени. Наше общество ориентировано на работу, а не на семью. Важно не делать приоритетом расписание, а составлять расписание своих приоритетов.

И говори о них, сидя в доме твоем и идя дорогою, и ложась и вставая (Втор. 6:7).

УРОК 5. Что стоит запоминания, стоит и повторения.
Родители должны проговаривать, подчеркивать, повторять и акцентировать ценности. Важно быть точным, кратким и простым. Показывай и говори: родители могут познакомить детей с родственниками, лидерами, имамами, пасторами и гостями, воплощающими те ценности, которым родители учат.

Заключение
Несмотря на все сложности, воспитание – это приносящий удовольствие выполнимый процесс, полный наград для родителей. Проблем много – плохое влияние сверстников, секс и СМИ, непонимание, отсутствие управления. Таких ошибок, подводных камней и мифов существует огромное количество, как мы увидим в следующей главе.

Задания

Задание 26: Обсуждаем важные концепции

Объясните детям следующее, приводя примеры из собственного опыта:

Не важно, что ты знаешь, если ты не знаешь, что важно. Определяйте приоритеты.

Важно не делать приоритетом наше расписание, а составить расписание приоритетов.

Наполни сердце любовью к Богу, чтобы отдавать любовь другим. Ты не можешь отдать то, чего не имеешь.

Для родителей: Практикуйте то, что проповедуете. Если картинка стоит тысячи слов, то практический пример в тысячу раз лучше картинки.

ГЛАВА 6

Распространенные заблуждения, подводные камни и мифы, которых стоит избегать

- Введение
- Разоблачение наиболее устойчивых заблуждений
- Разоблаченные мифы воспитания
- Задания

Введение

В одной из предыдущих глав мы отметили, что воспитание хороших детей имеет влияние не только на мир в родительской душе и счастье в доме, но также и на устройство общества и цивилизации. Мы отметили важность целей и разобрали основные трудности, о которых надо знать родителям, когда они воспитывают детей. В этой главе мы остановимся на разоблачении распространенных предположений, которые подменяют хорошие практические советы, отметим основные подводные камни, с которыми приходится сталкиваться родителям, и обсудим, как их избежать. Мы также разоблачим распространенные мифы.

Никакой хороший воспитательный план не может считаться полным и эффективным, если он не способен помочь избежать ошибок и потенциальных помех на пути воспитания.

Разоблачение наиболее устойчивых заблуждений

Слепое использование унаследованных методов

Большинство из нас заимствуют привычки и понятия от своих родителей, но эти унаследованные заимствования не всегда полезны, а иногда могут оказаться устаревшими и даже вредными. Одна женщина сказала: «В тот момент, когда я забеременела, я превратилась в свою мать». Да, наши родители сделали все возможное, чтобы вырастить нас, и мы должны быть благодарны им; да, мы на своем опыте ощутили любовь и заботу наших дорогих родителей, да благословит Аллах их души. Но приходится признать, что не все из них владели средствами, знаниями и навыками, необходимыми для созидательного воспитания.

Подражание другим

Слепое подражание – плохой способ воспитания. Все дети индивидуальны, и то, что хорошо для одного, вполне может не подходить для другого. Взрослым надо попытаться понять, как стоит вести себя именно со своим ребенком. Когда они советуются с другими родителями, то должны понимать возможные различия в стилях воспитания, и пользоваться только теми методами, которые могут подойти именно им. Одни родители демократичны и все разрешают, а другие строги и применяют диктаторские методы.

НОВЫЙ СЮРПРИЗ НА КАЖДОМ ШАГУ

«Молодые папы очень быстро понимают, что воспитание детей похоже на безнадежную импровизацию».

Билл Косби, актер

Воспитанию не учатся; это нечто, что ты просто начинаешь делать, когда появляются дети».

(Elkind 1995)

Исполнение несбывшихся желаний

Некоторые родители пытаются посредством детей реализовать свои нереализованные амбиции, причем в принудительном порядке. Например, отец, сам некогда мечтавший стать врачом или инженером и не ставший им, настаивает на том, чтобы его сын непременно поступил в медицинский вуз или избрал профессию инженера, не считаясь со склонностями отпрыска. Но дети – не только продолжение родителей; они имеют собственные желания и амбиции.

Для взрослых крайне заманчиво смотреть на ребенка как на свое продолжение. Они стараются через детей ис-

править свои ошибки и даже ошибки, допущенные их собственными родителями: если родители плохо играют в гольф, то хотя сделать из ребенка прекрасного игрока; если им не давалась математика, то они хотят сделать из ребенка Эйнштейна; если родителям не удалось стать политиками, они хотят, чтобы их детище стало таковым. Однако дети – это не «второе детство» родителей и не улучшенная версия предков. С рождения они индивидуальны, и их надо уважать за то, что они собой представляют, а не за то, кем их принуждают стать.

Перепоручение родительских обязанностей

Считается, что детей может воспитать и один родитель. Но отец не может заменить мать, и мать не может заменить отца, так же как одна рука не может заменить другую. Оба родителя играют исключительную роль в становлении психологии ребенка. Бабушки, дедушки, другие родственники и няни не могут заменить родителей – они не равны родителям по своим качествам и статусу.

Представление, что с детьми достаточно логики

Отношения родителей и детей не могут строиться на логике, т.к. в дело вторгаются привычки и эмоции. Родители не смогут убедить детей есть фрукты и овощи, повторяя лишь: «Ешь, это полезно для здоровья и сил, т.к. содержит витамины и минералы». Хотя объяснение причины – важная вещь, ее не достаточно, – нужны и другие стимулы.

Предположение, что с детьми можно «воевать»

[Если вдруг отношения в семье доходят до столкновения амбиций поколений,] родители безусловно могут выиграть несколько «битв», но дети ответят им ненавистью, а то и местью. Можно запрещать десятилетней дочери воплощать в жизнь ее сумасшедшие желания, но в 13 лет она убежит из дома и забеременеет, выиграв тем самым «войну», которую

Представление, что взрослые сильнее

Дети знают, что когда-нибудь вырастут и станут сильными. Если родители используют физическую силу для запугивания детей, дети могут применить ту же тактику, когда вырастут. Однако если родители покажут и докажут детям, что они в одной лодке и по одну сторону баррикад, то дети почувствуют,

что их сила прибавляется к силе родителей. Взрослые, использующие силу, не понимают, что с помощью любви и убеждения они достигли бы лучших результатов. Если любовь и сила приводят к одинаковым результатам, то зачем использовать именно силу?

> Пусть они просто будут сыновьями и дочерями.
> «Не воспитывайте их как героев, но просто как своих сыновей. И если вам это удастся, они и сами станут героями, хотя бы просто в ваших глазах»
> (Schirra, 2001)

Представление, что со всеми детьми надо обращаться одинаково

Некоторые родители считают, что одинаковы если не все дети вообще, то уж их дети (если в семье не один ребенок) – непременно. Это не так. Дети в семье – как цветы в букете, один обязательно будет повернут не в ту сторону, в какую хочет флорист. Дети различаются устойчивостью к стрессу, способностями к учебе, степенью уверенности в себе, интересами. Взрослые быстро поймут, насколько характеры их сыновей и дочерей не одинаковы! Просто удивительно, насколько разными могут быть родные братья и сестры. Некоторые отличия в характерах могут усугубляться и различием в отношении к разнополым детям внутри семьи.

Восприятие ребенка как маленького взрослого

Родители ошибочно считают, что с ребенком надо обращаться как с маленьким взрослым. Аль-Джараджрах объясняет, что ребенок – не маленький человек, который способен воспринимать все то же, что и взрослый, как думали, например, древние греки и римляне. Он отмечает, что детство – ключевая и критическая часть нашей жизни.

Родителям надо научиться на практике разбираться в детской психологии, что отнюдь не просто. Легче начать понимать биологические нужды ребенка (если ребенок голоден – вы его кормите, если устал – то укачиваете, если грязный – меняете подгузник); психологические нужды малыша понять сложнее. Взрослому бывает трудно разобраться даже в своей психологии, хотя себя он знает лучше, чем других.

> Дети воспитывают родителей
> «Смысл брака не в том, что взрослые создают детей, а в том, что дети создают взрослых».
> (Питер де Врис 2002)

Покупка детям всего, что они пожелают

Не стоит спешить покупать детям все, что они хотят, и выполнять каждый их каприз. Задача родителей – не потакать любым капризам, а учить детей, давать им задания, помогать понять, что в жизни мы не только получаем, но и отдаем. Эти ошибки почти незаметны – родители привыкают баловать малышей, и когда осознают, что были неправы, оказываются засыпанными требованиями подростков.

Разоблаченные мифы воспитания

Воспитание должно быть определенным образом романтизировано, чтобы подвигнуть супружеские пары создавать новых членов общества. Но некоторые родители уверены, что воспитание – это лишь удовольствие, что у хороших родителей «автоматически» будут хорошие дети, что любви и интуиции достаточно для успешного воспитания, что дети оценят жертвы родителей и что понимание нужд воспитания приходит само собой, а семейные ценности прививаются легко. Это не соответствует действительности. Ниже мы суммировали некоторые широко распространенные мифы о воспитании (Knox и Schacht 1997).

Миф 1. Воспитание детей – всегда радость.
Будущие родители смотрят рекламу, в которой взрослые радостно играют с детьми в парке, и думают, что воспитание в том и заключается – в постоянном веселье.

Безусловно, общение с детьми дает поводы для радости. Но следует помнить, что одними радостями это общение не ограничивается, и взрослые должны участвовать в жизни своих детей всегда и независимо от того, хочется им этого в данный момент или нет. Если общение не приносит радости, вы все равно не можете его прекратить.

Миф 2. Хорошие родители неизбежно имеют хороших детей.
Многие люди думают, что если дети оступились и пошли по кривой дорожке (стали принимать наркотики, воровать, заниматься проституцией), то в этом виноваты прежде всего родители, не выполнившие свой долг. Однако дети часто не оправдывают надежд и усилий родителей, прилагавших для воспитания массу усилий (вспомним о сыне Ноя). И наоборот, у плохих родителей часто вырастают хорошие дети (вспомните Моисея, который воспитывался в доме Фараона, и Авраама, против которого пошел его собственный отец).

Воспитание иногда кажется выматывающим.

Временами кажется, что ты только вкладываешь пищу в рот, который кусает тебя.

Миф 3. Дети благодарны
Большинство родителей считают, что если дадут детям все, что те хотят, то дети непременно оценят их жертву. Это не всегда верно: не всегда родители, проявлявшие заботу и любовь к детям, получают даже благодарность. Получая от родителей материальные ценности (одежду, игры, компьютеры, машины), многие дети думают, что просто имеют право на все это, и не видят нужды быть за это благодарными.

Миф 4. Умение воспитывать приходит естественным путем.

Многие люди считают, что учиться воспитанию не нужно. В некоторых странах больше курсов вождения, чем семинаров для родителей.

В воспитании детей немаловажную роль играет опыт. Неопытные матери не всегда могут понять нужды своих детей и не знают, чего ждать от них с возрастом. Опытные мамы лучше понимают детей и их поведение. Без совершенствования люди неизбежно будут повторять ошибки, которые совершали их родители.

Человек предполагает, а Бог располагает
Вы можете продумать все перед появлением ребенка, но с его появлением все придется делать заново.

Миф 5. Ценности семьи легко прививаются.

Для многих семейные ценности таковы:

-Уважение к старшим и другим людям
- Понимание различий между людьми
- Возможность спокойно обсуждать разногласия и решать проблемы сообща
-Концентрироваться на хорошем, даже если это сложно сделать
-Выполнять взятые на себя обязательства
-Поддерживать открытость и честность
- Помогать другим и служить обществу

Очевидно, что и этим, и многим другим ценностям не так просто научить.

Миф 6. Интуиции, здравого смысла и любви вполне достаточно.

Родителям образование и навыки требуются не меньше, чем их детям. Воспитание – нескончаемая череда небольших событий, периодических конфликтов и неожиданных кризисов, которые требуют мгновенного отклика. Часто наша реакция задевает детскую личность с различными последствиями. Правильно реагировать на детские нужды – это навык, которому надо учиться.

Характер формируется благодаря опыту, полученному с разными людьми и в разных ситуациях. Никто не может научить лояльности по лекциям, храбрости – в письмах, женственности или мужественности – по вдохновению. Создание характера требует понимания детской психологии и фаз развития. Родители хотят, чтобы подростки обладали состраданием, чувством долга и храбростью, но чтобы этого достичь, они сами должны научиться превращать желаемые идеалы в успешные результаты.

Безумие и мудрость!

Безумие передается по наследству: мы перенимаем его у своих детей.
Сэм Левенсон, (Brown, 1994)

Искусство быть мудрым – это искусство знать, что можно не заметить
Вильям Джеймс (Lazear, 1993)

Непосредственный опыт.

Воспитанию можно научиться на собственном опыте, но это – тяжелый учитель: он сначала задает задания, а лишь потом объясняет урок. Попробуйте повторить такую молитву: «Боже, помоги мне не всегда учиться на собственном опыте».

Миф 7. Неправильное понимание собственных мучений.

Некоторые родители искренне считают, что должны «сгореть» во имя своих детей; более того, они уверены, что этого требует их религиозный долг. Однако дети, как и достижение благосостояния, должны быть радостью и дополнением жизни, а не целью жертв и источником мучений и страданий.

Богатство и сыновья – украшение мирской жизни, однако нетленные благодеяния лучше по вознаграждению перед твоим Господом, и на них лучше возлагать надежды (18:46).

Родителям, особенно матерям, не нужно снова и снова приносить себя в жертву ради детей, быть покорными слугами их желаний. Матери и сами нуждаются в помощи и служении. Сначала им нужно заботиться о себе, потом уже о детях.

Миф 8. Родители должны полностью посвятить себя детям

На деле же каждый человек несет ответственность лично за себя, а уже потом – за выстраивание отношений с другими.

В тот день человек бросит своего брата,
свою мать и своего отца,
свою жену и своих сыновей,
ибо у каждого человека своих забот будет сполна (80:34-37).

Добейтесь баланса в отношениях между собой, детьми и Всевышним. Пророк сказал: «У твоей жены есть права на тебя, и у твоего тела есть права на тебя, и у твоего Создателя есть права на тебя, поэтому воздай каждому то, на что он имеет право» (Аль-Бухари. Книга поста, № 1839).

Это значит, что родители должны заботиться о собственном здоровье, радостях, законных желаниях, дружбе и отдыхе никак не меньше, чем о своих детях.

Задания

Задание 27: Трудный личный опыт.

Сможете ли Вы объяснить на собственном опыте, почему быть родителями сложно? Расскажите о своих трудностях детям – возможно, это откроет им глаза на те стороны жизни, о которых они и не подозревают.

Задание 28.Обсуждение мыслей о воспитании.

Объясните на семейном собрании следующие строки, потом поговорите о своих мыслях, страданиях и радостях при воспитании детей. Приведите в пример истории людей, которых знаете.

Один отец сказал: «Дети созданы, чтобы наказывать своих родителей». Однако Коран говорит:

Богатство и сыновья – украшение мирской жизни, однако нетленные благодеяния лучше по вознаграждению перед твоим Господом, и на них лучше возлагать надежды (18:46).

О те, которые уверовали! Воистину, среди ваших жен и ваших детей есть враги вам. Остерегайтесь их. Если же вы будете снисходительны, проявите великодушие и простите их, то ведь Аллах – Прощающий, Милосердный (64:14).

Воистину, ваше имущество и ваши дети являются искушением. У Аллаха же есть великая награда (64:15).

ГЛАВА 7

Когда все идет неправильно

- Введение
- Злость, непослушание, приступы гнева и слезы
- Запугивание: ваш ребенок и вы
- Если вашего ребенка травят, что будет следующим?
- Тинэйджеры: критика понятий юности
- Злость заразна!
- Что мы можем сделать для подростков и для себя?
- Несколько принципов хорошего общения
- Задания

Введение

Не существует стопроцентной гарантии успешного развития отношений, и отношения между детьми и родителями – не исключение. Когда вы с гордостью смотрели на своего новорожденного малыша, то были полны надежд и оптимизма, предвкушали прекрасное время, которое будете проводить с ребенком, и ожидали любви, повиновения и уважения. Вы думали: «Какими чудесными будут наши отношения!»

Спустя пятнадцать лет вы задаетесь вопросом: «Что пошло не так в этом мире?» Кажется, Вы сделали все, что могли, старались изо всех сил, чтобы вырастить ребенка в любви, привить ему дисциплину и веру. И как так получилось, что Ваш отпрыск вдруг превратился в Монстра-подростка с большой буквы?

Один отец был в шоке, узнав, что его прекрасный сын, отличник с прекрасным здоровьем, страдает от эмоциональной неразвитости и абсолютно незрел в психологическом плане. Родители могут не заметить эмоциональных проблем ребенка, особенно если он или она хорошо учится, здоров и развивается умственно. Намек или случайный комментарий могут исходить от учителя, друзей, родственников, и родителям стоит отнестись к этой информации серьезно и принять срочные меры.

Одна мать рассказывала: «Мы живем в хорошем районе, наши дети ходили в хорошую школу, мы проводили много времени всей семьей, ходили в походы, катались на лыжах, плавали. Сейчас один из наших сыновей в тюрьме: он ограбил местную бакалейную лавку и получил при побеге ранение в ногу. Мы перестали спрашивать себя, что мы сделали не так. Ему 23 года, и он связался с компанией, которая решила: «Почему бы нам не ограбить магазин?»»

В этой главе рассматривается вопрос: что делать, если все идет не так? Лучше сконцентрироваться на том, как справляться с трудностями, чем рефлексировать по поводу произошедшего и задаваться вопросом – где же мы ошиблись. Мы обратимся к проблемам злости, приступов гнева, запугивания и плохого поведения подростков, и обсудим открытое общение как способ преодолеть эти сложности. Не существует проблемы, которую нельзя решить, какой бы неразрешимой она ни казалась.

Когда все идет не так, как хотелось бы, не стоит автоматически сваливать всю вину на родителей. Это не обязательно ваша вина или умышленные ошибки с вашей стороны. Ваш сын или дочь постоянно меняются, и переход от детства к взрослому состоянию всегда вызывает трения. Не стоит винить себя или своего супруга. Родителям не следует пасовать перед трудностями воспитания. Преграды можно преодолеть с помощью правильно поставленного воспитания, и это станет полезным опытом. Надежды и молитвы, обмен знаниями, умениями и помощью с другими родителями – все это поможет достигнуть уверенности и успеха.

Злость, непослушание, приступы гнева и слезы

Дети развиваются и учатся каждую секунду, и в какой-то момент они наверняка захотят проверить границы родительского контроля и власти. Этот момент может стать настоящей «битвой воли». Никакие уговоры не остановят маленьких упрямцев, которые будут кричать и перевернут весь дом, пока не получат желаемое, или будут плакать и плакать, пока не обратят на себя внимание. Родители сами могут дойти до предела, и кажется, что проще всего уступить. Но именно уступки закрепляют представление, что если этот способ добиться внимания сработал однажды, то будет работать и впредь. Не решат проблему также окрики взрослых, шлепки и применение силы.

Решением станет разумная дисциплина, которая научит детей уважать ваши правила и оставит вам бразды правления.

Несколько способов привести в норму неуправляемого ребенка

- Говоря спокойным голосом, определите последствия проявления плохого поведения. Надо сделать упор на результат конкретного непослушания. Если это не работает, сконцентрируйтесь на голосе и зрительном контакте. Это первый шаг перед действиями.

- Продемонстрируйте ребенку, что вам не до шуток, и смотрите прямо ему в глаза. Повторите свое требование несколько раз четко и медленно. Если он не слушает, придвиньтесь ближе, спокойно повторите еще раз.

- Если и это не работает, примените наказание, о котором ранее предупредили. Обязательно приводите угрозу в исполнение, иначе дети в подобных случаях не будут воспринимать вас всерьез. Если они кричат, плачут, злятся – не ведите себя так же. Напомните ребенку, что у него была возможность избежать наказания и что он «предпочел» именно такой вариант развития событий. Убедитесь, что он понял, дайте ему возможность усвоить урок, и не ждите мгновенной реакции.

- Вы можете применить несколько вариантов наказаний. Наблюдайте за детьми, знайте, чем они дорожат, и лишите их этого на время. Это может быть любимая игрушка или поездка куда-то. Если ребенок послушался, наградите его своей любовью за то, что он поступил хорошо. Если ребенок продолжает вести себя плохо, вам, возможно, придется комбинировать несколько наказаний.

- Назначьте «зону непослушания», в которой ребенок будет находиться, пока не извинится, а вы продолжите заниматься своими делами. После извинений немедленно простите его и забудьте об инциденте, чтобы сменить настроение. Смысл такого места, как бы вы его ни назвали, – в том, что ребенок оставлен один и лишен привилегии быть с другими. Выбранное вами место должно быть скучным или тихим, но не детской спальней. Определите время, на которое отправляете его в «изгнание». Если он начнет активно возмущаться, игнорируйте.

- Награждайте и поощряйте детей, но не давайте им «взятки» за хорошее поведение или чтобы они перестали шуметь или злиться. Из этой глупой практики дети не вынесут ничего полезного.

Запугивание: ваш ребенок и вы

Запугивание может навредить любому ребенку и оставить след на всю жизнь, заставив его переживать, отнимая много нервов и способствуя развитию психологических комплексов. Часто бывает, что вашего ребенка сверстники дразнят, дергают, нападают на него. Взрослые должны быть начеку, т.к. многие дети боятся говорить родителям, что подвергаются травле. Следите за необычным поведением ребенка и мягко откликайтесь, если что-то не так. По сведениям сайта www.bullying.co.uk, посвященного в т.ч. методам противодействия запугиванию, «ежегодно в Британии около 16 детей совершают самоубийство из-за того, что не выдерживают травли. Школы, как правило, изображают неведение, но те, кто участвовали в травле, так же как и друзья этих детей, знают, как было дело. Поздно соболезновать, когда кто-то умер или заболел настолько серьезно, что ситуация требует медицинского вмешательства».

Сайт «Запугивание онлайн» приводит список признаков, по которым вы сможете понять, что вашего ребенка травят:

- порванная одежда
- «потерянные» деньги
- разрыв отношений с прежними друзьями
- плохое настроение
- ребенок ведет себя тихо и замкнуто
- ребенок хочет всегда оставаться дома
- ребенок агрессивно ведет себя с братьями и сестрами
- резко снижается успеваемость в школе
- ребенок плохо спит
- ребенок тревожный
- ребенок приходит домой в царапинах и синяках
- ребенок просит новые вещи взамен «утерянных»

Если вашего ребенка травят,ч то будет следующим?

Большинство детей не хотят рассказывать, что их обижают. То, как родители решат эту проблему, может стать ключевым, поэтому не давите и не требуйте ответа слишком резко. Вопросы вроде «Как прошел школьный день?» помогут более мягко разобраться в ситуации. Однако многие дети могут воспринять настойчивые расспросы как вторжение на личную территорию. Замечайте необычное поведение ребенка – это важно.

Дети должны чувствовать себя спокойно и уверенно, чтобы говорить с родителями о травле в школе или о том, что чувствуют себя несчастными. Открытые отношения надо устанавливать с раннего детства, – ребенок должен всегда чувствовать, что может рассказать близкому взрослому человеку о своих страхах, доверить переживания, посвятить в проблемы. Требовать ответа на вопрос «что не так?» бессмысленно, если ребенок не доверяет вам.

Несколько шагов, которые могут помочь справиться с проблемой запугивания:

- Во многих школах есть специальные службы [психологической помощи]. Следует сначала обратиться в школу, поговорить с учителем ребенка.
- Не учите ребенка отвечать на обиды так же. Это не приведет ни к чему хорошему. Если ваш ребенок навредит обидчику не адекватно ситуации, то его могут наказать или исключить из школы, и это не станет решением проблемы.
- Сохраняйте спокойствие, не паникуйте и не спешите связываться с родителями обидчика – порой это только усугубляет конфликт. При необходимости связаться с другими родителями может официальное лицо из школы.
- Регулярно разговаривайте с ребенком, чтобы убедиться, что травля прекратилась. Если обиды продолжаются, свяжитесь с представителями школы вновь.
- Помогите ребенку стать более энергичным и укрепить уверенность в себе, чтобы противостоять обидчикам. Могут помочь спортивные секции, курсы самообороны.
- Учите ребенка стратегиями самопомощи. Расскажите ему, что надо обращаться к взрослым, проговорите, что и как он должен сказать, к кому пойти. Объясните, что не надо чувствовать себя виноватым.
- Попросите учителей найти для ребенка занятие в безопасном месте во время перерыва или обеда.
- Обратитесь за помощью к специализированным тематическим сайтам и выясните, как с аналогичной проблемой справлялись другие семьи.

Тинэйджеры: критика понятий юности

Подростковый возраст обычно приносит наиболее ощутимые проблемы. Д-р Имад ад-Дин Ахмед утверждает, что в атмосфере свободы любой подросток может стать лидером. Подростковый возраст – это период «между половым созреванием и взрослостью». Однако в прошлом считалось, что с половым созреванием человек становился взрослым. Во многих религиях это закреплено обрядами и законами: в иудаизме молодой человек повторяет на обряде бар-мицва: «Сегодня я стал мужчиной»; в исламе девочка считалась женщиной с началом менструальных циклов, что отражалось в определенных молитвах. Именно в это время подростков надо приучать к обязанностям, чтобы воспитать в них ответственность и помочь достичь зрелости.

В современном мире формальное общее образование заменило систему обучения прошлого. Чтобы ввести всеобщее обязательное образование, надо было отказать подросткам в способности вести себя как взрослые. Даже статус стажера («подмастерья») не всегда доступен до завершения образования в школе (17–18 лет) или колледже (19–22 года). Принуждение детей к школьной системе, которая берет на себя функции родителей, подразумевает, что подростки воспринимаются как дети, а не как незрелые взрослые. Во многих странах гражданская зрелость определена возрастом 18 или 21 год; на деле дети физически созревают к 19 годам, а умственно

могут созреть гораздо раньше, тогда как эмоциональное взросление у каждого происходит по-своему, а у кого-то может не наступить вовсе.

В прошлом обращение с подростками как со взрослыми вдохновляло их лидерские возможности и умственные задатки, а также способствовало эмоциональной зрелости. В традиционном обществе пятнадцатилетние принимали участие в профессиональном обучении, бизнесе, общественной жизни, войнах, создавали семью. Современная мода рассматривать подростков как детей-переростков делает их зависимыми и нарушает их самооценку. Для любого занятия они должны закончить колледж или хотя бы школу.

Тенденция отсрочивать возложение на подростков обязанностей обходится нам дорого. Во-первых, не всем подросткам действительно нужна столь длительная учеба. У многих из них вырабатывается стойкое неприятие школьной системы, в которую их засунули. Те, кто могут и осознанно хотят учиться, обижаются, что к ним относятся как к детям. Те, кто до 16-летнего возраста исключен из коммерческих операций, начинают заниматься подпольным бизнесом (таким как наркоторговля, спекуляции, перепродажа краденого). В результате те, кто мог бы применить способности на благо общества, оказываются в бандах, а те, кто готов перейти на более высокий уровень образования, сидят в классе обычной школы недовольные. Многим ставят диагноз «синдром дефицита внимания», потому что их разум где-то далеко, а не фокусируется на заданиях, которые они считают слишком скучными, чтобы уделять им внимание. Более того, молодые юноши и девушки, которые в прошлом имели возможность успокаивать свои гормоны внутри святого института брака, сейчас, несмотря установленный законом брачный возраст, не воздерживаются от секса и заводят внебрачных детей или делают аборты.

Легальные решения этой проблемы выходят за пределы темы этой книги. Однако родителям очень важно не делать ошибки, которые допускает современное общество. Не относитесь к подросткам как к детям; обращайтесь с ними как с молодыми коллегами, принятыми на работу, – знайте, что им нужна помощь и опыт, но понимайте, что им нужно уважение, чувство ответственности и наставничество, вдохновляйте брать на себя столько обязанностей, сколько возможно. Поручайте им также финансовые дела: подработка по субботам, например, познакомит их с миром работы и зарплаты.

Гнев в наших подростках и в нас

Гнев находится на один шаг от беды

Подростковый гнев – самая сложная вещь, с которой приходится сталкиваться родителям. Линда Лебель (Служба юности) анализирует проблему, используя два конкретных примера:

Пример 1: Карина закончила 9 класс, и ей кажется, что в жизни не осталось ничего стоящего. Она так старалась, и все равно не справилась. Она долго готовилась играть в школьной пьесе, но когда вышла на сцену, окаменела и забыла текст… Теперь все в школе будут смеяться над ней. Она никогда не покажет им, что ее это задевает. Она понимает, что они правы, и знает, что они думают – что она неудачница и ничего не может делать хорошо. Карина всех их ненавидит.

Пример 2.Крис ударяет кулаком в стену своей комнаты. Но этого ему мало: он берет бутылку с газировкой и выкидывает ее в коридор. Коричневая сладкая жидкость стекает по стенам и на ковер. «Ты не можешь заставить меня!» – кричит он. «Я никуда с тобой не поеду! Я буду делать то, что я хочу!» Крис бежит по ступенькам к двери; отец спешит за ним, просит остановиться, но тот уже садится в машину и нажимает на газ. Крис так зол на отца. У него есть вещи получше, чем сидеть дома с семьей. У них с пацанами были свои планы, и отец не должен их разрушать. Он знает, что почувствует себя лучше, когда покурит травки.

Что общего у этих молодых людей?

Они сражаются с гневом. Все не так, как им бы хотелось. Они испытывают неудовлетворение и неприязнь к кому-то или чему-то, потому что осознают, что не все находится в их власти.

Гнев – это чувство, а не поведение.

Гнев может принимать разные формы – от внутреннего негодования и возмущения до ярости и неистовства. Карина подавляет свой гнев и замыкается, Крис ведет себя вызывающе и портит имущество. Они могут продолжить вести себя так же или же их поведение усугубится, если только они не посмотрят вглубь себя на причины и корни гнева.

Гнев может быть разрушительным или здоровым.

Гнев – пугающая эмоция. Его негативные проявления могут включать физическое и словесное насилие, предрассудки, сплетни, асоциальное поведение, пагубные привычки, замкнутость и психосоматические расстройства. Он может разрушать жизни, отношения, приносить вред другим, уничтожать работу, затемнять разумное мышление, нарушать физическое здоровье и разрушать будущее.

Но есть и положительные результаты – гнев может показать нам, что существует проблема, т.к. гнев – вторичная эмоция, вызванная страхом. Он может подвигнуть нас справиться с теми вещами, которые мешают в жизни, помочь преодолеть проблемы и выяснить скрытые причины страха.

Злость заразна!

Подростки сталкиваются со множеством эмоциональных проблем: самоидентификацией, отделением от родителей, определением целей и средств, выстраиванием отношений со сверстниками... Отношения между тинэйджерами и родителями также меняются, и подростки становятся все более независимыми.

Это может привести к неудовлетворенности и смущению, к гневу и резкой реакции и со стороны взрослых, и со стороны подростков. Пока мы, взрослые, не будем работать над своим поведением, мы не сможем помочь подросткам справиться с их поведением. Мы должны пытаться понять ребенка и дать ему удовлетворительный ответ.

Суть в том, чтобы не отрицать гнев, но контролировать эмоции и выражать их созидательно.

Что мы можем сделать для подростков и для себя?

Слушайте своих детей и сконцентрируйтесь на их чувствах. Постарайтесь понять ситуацию именно с точки зрения ребенка, будьте выразительны и настойчивы. Обвинения и ругань только увеличивают стену непонимания. Объясните им, как вы себя чувствуете, обратитесь к фактам и не припоминайте, что было, а решайте только ту задачу, что есть в эту минуту. Покажите им свою заботу и любовь. Разработайте решение, выигрышное для всех. Помните, что почти естественные для каждого человека вспышки злобы и гнева не должны ожесточать и закреплять озлобленность и жестокость как повседневное поведение.

Если существуют хроническая враждебность, насилие, депрессия или попытки суицида, вам придется прибегнуть к помощи профессионалов, причем как для ребенка, так и для себя.

Несколько принципов хорошего общения

В идеальном мире все идет по плану, в реальном случаются непредвиденные сбои. Цели, поставленные родителями, принципы, которым они учили, усилия, которые они предпринимали, могут рассыпаться, если нет правильного общения. Когда все идет не так, как хотелось бы, не позволяйте гневу, расстройству и разочарованию затопить вас. Размышляйте над проблемами спокойно и общайтесь!

Существует несколько принципов правильного общения. Они помогут разрешить множество темпераментных стычек и борьбу воли, которые начинаются, когда ребенок идет в школу и становится подростком.

Разрешайте детям говорить и выслушивайте их без снисхождения и нетерпения. Просите их рассказать про прошедший день, предложите обсудить прочитанное, увиденное, кем-то рассказанное. Старайтесь не перебивать. К сожалению, традиция рассказывания сказок и чтения вслух, бывшая важной частью повседневной семейной жизни, отошла в пошлое и заменена поглощением визуальной информации (телевизор, кинофильмы, видеоигры). Между тем вербальное общение имеет множество плюсов: оно дает детям навыки уверенно выражать себя, делает их более грамотными и активизирует природные возможности обсуждения задач с родителями. Хотя взрослые к вечеру зачастую устают настолько, что не имеют сил говорить, для этой цели надо напрячься. Ребенок, с которым говорят, вырастет и будет воспринимать вас не как кого-то, кто лишь кормит и одевает их, но как доброжелательного и мудрого собеседника, которому можно довериться.

Мы часто обвиняем других в том что «они слишком много говорят». Но обвиняли ли мы кого-нибудь в том, что он «слишком много слушает»? Слушать – значит заботиться. Чем громче мы говорим, тем быстрее наши дети «выключают звук».

Подобные беседы научат детей уважению при общении с другими, в первую очередь с родителями. Не унижайте детей, не заставляйте их чувствовать себя глупыми. Следите за собой: вы должны себя вести вежливо, внимательно и контролировать эмоции. Надо заставить детей чувствовать себя уверенными и защищенными – это два аспекта личности, которые они заберут с собой во взрослую жизнь.

Инициируйте интеллектуальные дискуссии. Высказывайте точки зрения и сравнивайте их. Это поможет детям развить критическое мышление и разовьет их интеллектуальную базу. Не недооценивайте детские способности и не занижайте их взгляд на предмет.

Хорошее время для разговоров – за ужином. Если родители будут поддерживать традицию принимать пищу с выключенным телевизором, за общим столом или кружком на полу, все вместе, это сделает их жизнь куда проще, особенно когда дети подрастут. Телевизор забирает внимание и блокирует развитие более глубоких отношений, особенно в обеденное время, когда очень хорошо укреплять семейные узы.

Не выходите из себя, не теряйте контроль и не пытайтесь запугать детей. Лучше избежать общения, пока вы не успокоитесь. Даже сейчас, в XXI веке, некоторые матери пугают детей выдуманными монстрами, чтобы предостеречь их, например, от ночных прогулок. Но хороший ли способ контроля – страх? Да, подобные выдумки заставляют детей оставаться дома по ночам и защищают от возможного физического вреда, но наносят эмоциональный вред, поселяя в сердце иррациональный страх. Дети подрастают и боятся темноты, оставаться одни, могут бояться замкнутого пространства, зверей, грома и молнии, чужих людей... И придется бороться уже с новыми страхами и фобиями. Одна из возможных причин, почему такие практики до сих пор используются, заключается в неспособности родителей глубоко анализировать последствия и в недостатке терпения для того, чтобы разработать альтернативы.

Разговаривайте с детьми на их уровне, а не возвышайтесь над ними, как гигант. Будьте с ними внимательны и нежны, держите их за руку во время разговора или касайтесь их, чтобы они чувствовали ваши узы и привыкли выражать свои чувства.

Задания

Задание 29: Вопросы и ответы для родителей и детей.

Первый шаг к пониманию причин гнева и методики его подавления находится внутри нас. Родители и подростки должны сесть вместе и задать вопросы о себе, чтобы стимулировать формулировку самооценки. Смысл в дискуссиях, а не готовых решениях.

Откуда берется гнев?

Какие ситуации вызывают ощущение гнева?

Начинаются ли мои мысли с абсолютов вроде «должен», «всегда», «никогда»?

Бессмысленны ли мои ожидания?

С какими неразрешимыми конфликтами я сталкиваюсь?

Реагирую ли я на боль, потери и страх?

Знаю ли я о физических сигналах приближающегося гнева (например, сжатые кулаки, учащенное дыхание, потоотделение)?

Каким образом я обычно выражаю свой гнев?

На кого или на что мой гнев направлен?

Для чего я использую гнев: чтобы устрашать других или изолировать себя?

Эффективно ли я общаюсь?

Не концентрируюсь ли я более на том, что сделано для меня, чем на том, что могу сделать я?

Как я ответственен за то, что чувствую?

Как я ответственен за то, как проявляется мой гнев?

Мои эмоции владеют мной или я владею ими?

Задание 30: Действия для решения проблемы

Соберитесь несколькими парами и обсудите, как бы вы решили проблему молодого человека из следующей истории, потом сравните свои мысли с подходом Пророка.

Молодой человек пришел к Пророку и попросил разрешить ему внебрачную связь. Соратники Пророка были в ужасе и стали бранить пришедшего. Пророк же попросил: «Подведите его ближе ко мне». Когда тот сел напротив, Пророк задал ему пять последовательных вопросов: «Хотел бы ты такого же сожительства в блуде для своей матери? Для дочери? Для сестры? Для тети по материнской линии? Для тети по отцовской линии?». На каждый из пяти вопросов молодой человек отвечал: «Клянусь Богом, нет! О, Посланник Аллаха, пусть Аллах сделает меня твоим щитом!» Пророк отвечал на каждый отклик: «Так же и люди не хотят этого для своих матерей, дочерей, сестер или родственниц!» Потом Пророк возложил на просителя руку и помолился: «О Аллах, прости его грехи, очисти его сердце и защити его детородный орган!». Молодой человек никогда больше и не помышлял о блуде!

Пророк поговорил с юношей, обратившись к его гордости и самоуважению, и помог ему выработать самоконтроль. Бранить, кричать или запугивать его наказанием в Аду – все это не помогло бы решить ситуацию.

Этот способ воздействия показывает разницу между теоретическим знанием и глубоким психологическим пониманием человеческих эмоций. Молодой человек искал разрешения проблемы своей сексуальности. Пророк не обратился к нему с перечислением грехов, за которые тот попадет в Ад; вместо этого он обратился к его чистой гордости и совести. Он применил психологический метод, чтобы достигнуть морального и религиозного эффекта. Это не отвлеченный частный случай, а школа мысли, глубоко проросшая в здоровой методологии, которая концентрируется на решении проблем детского развития.

ЧАСТЬ 2

Развитие детей

Глава 8. Формирование характера не может ждать
Глава 9. Дорога к здоровью ребенка
Глава 10. Грудное вскармливание
Глава 11. Детский мозг: используйте, или потеряете!
Глава 12. Мальчики и девочки: разные ли они?
Глава 13. Секс и сексуальное воспитание: что говорить детям?

ГЛАВА 8

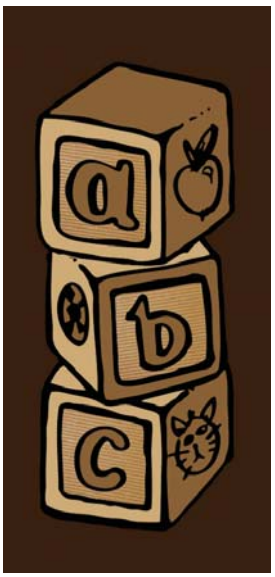
Формирование характера не может ждать

- Введение.
- Фазы развития
- Насколько доверять популярной психологии?
- Этапы становления личности в Коране
- Стадии взросления
- Использование фаз развития
- Практика запоминания на Востоке и на Западе
- Задания

Введение

Если родители решили заняться правильным воспитанием, то должны прежде всего концентрироваться на создании характера, потому что это основа, на которой держится и строится все остальное. Награда будет бесценной.

Формирование характера начинается в младенчестве и происходит в течение ключевых первых лет развития ребенка. Именно на этой важной стадии детства начинают формироваться аспекты личностных качеств. К сожалению, большинство существующих программ для формирования лидерских качеств направлены на взрослых, а не на детей. Имеющаяся мусульманская литература о развитии человека адресована прежде всего читателям в возрасте старших школьников и учащихся колледжей.



Что подразумевается под «созданием характера»? Базовые ценности (такие как смелость, любовь, свобода, честность, ответственность и творческое начало) остаются ключевыми составляющими человеческой личности и начинают развиваться с младенчества. Однажды заложенные, они с трудом переделываются или заменяются, и родителям следует уделить время и усилия развитию их в ребенке. Знания, умения и навыки важны для достижения успеха, но они приходят позже и могут развиваться, когда дети вырастают; они приводят к последующему улучшению базовых принципов, обогащают людей и делают их лучше и мудрее. Если базовые характеристики – это «техническое обеспечение» личности, то образование и вера – это «программное обеспечение».

Трусливый не станет в одночасье смельчаком во взрослом возрасте, посетив курсы смелости. Тот, кто полон ненависти и жестокости, не станет вдруг по-настоящему любящим и заботливым, читая книги о любви и сострадании. Лжец не станет честным и надежным, даже если послушает советы о честности. Большинству людей, чьи основные принципы уже сформировались, будет сложно изменить их или поменять свое «техническое обеспечение». Самый простой и эффективный способ – постараться заложить эти качества в период формирования ребенка.

Показательные примеры – Абу Бакр аль-Сиддик, Умар ибн аль-Хаттаб и Халид ибн аль-Валид. Они учат нас смелости, честности и лидерским качествам, которые были заложены в их характеры уже в детстве. Ислам завершил формирование их характеров, дополнив важными элементами личности, добавив веру, мудрость и знания. Ислам вдохновил их ощущением цивилизаторской миссии и наполнил их жизнь новым значением, мироощущением и смыслом. Крепость их характеров не уменьшилась после того, как они приняли новую религию, но только усилилась. Коран объясняет этот феномен, действительный как для пророков, так и для простых людей: по достижении человеком зрелости Бог награждает его знанием и мудростью.

Когда он достиг зрелого возраста, Мы даровали ему власть (мудрость или пророчество) и знание. Так Мы воздаем творящим добро (28:14).

Пророк сказал:
«Вы увидите, что люди подобны рудникам, и [являющиеся] лучшими из них во времена джахилийи [остались] лучшими и в Исламе, если стали сведущими в религии» (Аль-Бухари и Муслим).

Полицейский и преступник – оба нуждаются в смелости и преданности, чтобы быть успешными в своей работе и полезными своим товарищам. Но полицейский служит обществу, а преступник использует свои качества, чтобы наносить обществу вред. Хотя смелость и преданность важны, они должны еще быть направлены в верное русло, быть полезными, а не приносить вред и разрушение.

Исламские источники содержат указания для решения многих проблем, но более детально рассматривают семейные вопросы. Ислам подчеркивает коллективный характер семейного устроения, дает советы по выбору пары, помолвке, составлению брачного контракта, включая роли опекунов и свидетелей. Ислам также заботится о сексуальном поведении, беременности, абортах, родах, выборе имени ребенка, вопросах наследования, кормлении грудью, заботе о ребенке, желаниях и направлении их в верное русло, образовании и воспитании, гендерных различиях, правах и обязанностях детей, их проступках, заботе о сиротах, усыновлении, вдовстве, разводах, алиментах, менструации, отношении братьев в сестер, больших семьях, бабушках и дедушках, внуках, соседях и манере одеваться.

Следующие разделы помогут родителям сконцентрироваться на создании характера и программе развития ребенка.

Ребенок – это головоломка!

«Мир ребенка настолько фантастичен, что родителям его трудно понять. Он сложно устроен, и ни родители, ни мыслители, ни философы, ни психологи, ни учителя и ученые не могут стать в нем специалистами».

(Abu al Hub 1979)

Фазы развития

Этот раздел рассказывает о фазах человеческого развития, чтобы помочь родителям проследить постепенное развитие ребенка от одной ступени к другой и лучше понять основные нужды каждой возрастной группы. Мы выделяем особенности физического и психологического развития на каждом этапе и постараемся показать, как максимально эффективно использовать эти особенности для оптимизации задач воспитания.

Например, некоторые родители заставляют детей есть, но те упрямо отказываются. Позже аппетит неожиданно усиливается, и ребенок начинает есть сам, без принуждения, и это связано вовсе не с настойчивостью родителей, а с физиологическим ростом, с потребностями организма. Подростки могут вдруг взбунтоваться против мира родителей и их окружения, а через несколько лет на новой стадии развития отношения со старшим поколением также неожиданно меняются. Доктора советуют родителям отмечать достижение ключевых моментов взросления и «смены фаз». Если в пределах этих рубежей не происходят некоторые показательные изменения, это может свидетельствовать о серьезных проблемах со здоровьем.

Главная защита родителей – быть достаточно информированными. Не надо бояться регулярно обращаться к семейному врачу. При этом важно помнить, что все дети развиваются по «индивидуальному плану», и если какие-то конкретные факторы не соответствуют «общепринятым» срокам и показателям, это далеко не всегда повод для беспокойства.

Насколько доверять популярной психологии?

Хотя многие современные теории в психологии вполне согласуются с исламскими доктринами, следует быть очень осторожными с представлениями о человеческом развития и поведении. Научные данные и тем более их объяснение постоянно обновляются и меняются, и ученые не достигают согласия по многим вопросам. Но мусульмане не брошены, потому что имеют постоянную помощь Откровения, которое позволяет им сохранять свою верную дорогу и защищает от метаний между противоположными точкам зрения.

Примерами могут быть бесконечные дебаты психологов о наследственности и воспитании, генетике и роли среды. «Психологам надо закончить свои вековые поиски ключа к воспитанию хорошего ребенка – не потому, что он найден, а потому, что его не существует» (Райт, 1998).

Юдифь Харрис (1998) отмечает, что примерно половина индивидуальных различий между детьми не могут быть объяснены лишь генетикой. За пределами дома дети впитывают ценности своих сверстников, встраиваются в локальную систему и испытывают разрушительное влияние окружения. Они показывают себя жесткими, милыми, странными или слабыми, и какие-то черты характера начинают обостряться. Родители могут формировать поведение дома; но, выходя в более широкий мир, ребенок становится другим и закладывает корни взросления «на перспективу».

Безусловно, не стоит доверять высказываниям «популярных психологов», – дескать, ребенка можно «сделать хорошим» с помощью «магических» простых воспитательных схем. Генетики, изучающие поведение, отмечают, что близнецы, воспитанные вместе, не намного более схожи, чем те, что вскормлены врозь. На характеры близнецов влияет даже очередность их появления на свет, – возможно, юные близнецы по-разному воспринимались родителями или сталкивались с другими проблемами в своем маленьком мирке, например, их дразнили братья и сестры.

Мальчик их Арканзаса застрелил одноклассников, а его брат – нет. Почему? Может, одиночество в школе достигло критической точки потому, что дома родители как-то выделяли его брата в ущерб ему? Возможно, неприятие одноклассников сделало его замкнутым и невосприимчивым к той манере воспитания, которая подошла его брату? Не в этом ли разгадка – родители должны подстраиваться под нужды свои детей?

Взрослые могут сильно переоценивать свое влияние и сохранять нарочитое спокойствие в том возрасте, когда воспитание несет столько тревог. Но бывает и наоборот – излишнее родительское влияние встречает противодействие в группах сверстников, и степень и формы этого противодействия зависят от конкретного состава этих групп.

Родители могут расслабиться – наука не дает ответа на многие из озвученных вопросов. Как долго придется ждать, прежде чем наука даст рецепт, как обращаться со своими детьми? Людям надо положиться на стабильную Святую помощь Бога и Его посланников. Это не призыв к полному отрицанию психологических теорий; и все же не мешает серьезно изучить советы Откровения, чтобы сделать их помощниками в воспитании. Безбожные теории могут принести человечеству больше вреда, чем пользы. Решение проблем воспитания лежит в мудром соединении Откровения Создателя и человеческих знаний, и это продолжающийся бесконечный процесс.

Этапы становления личности в Коране

Ниже приведены строки Корана, которые отмечают разные фазы развития человеческого организма:

Пусть посмотрит человек, из чего он создан.
Он создан из изливающейся жидкости,
которая выходит между чреслами и грудными костями (86:5-7).

О люди! Если вы сомневаетесь в воскрешении, то ведь Мы сотворили вас из земли, потом – из капли, потом – из сгустка крови, потом – из разжеванного кусочка, сформировавшегося или не сформировавшегося. Так Мы разъясняем вам истину. Мы помещаем в утробах то, что желаем, до назначенного срока. Потом Мы выводим вас младенцами, чтобы вы могли достигнуть зрелого возраста. Одни из вас умирают, другие же возвращаются в жалкую старость и забывают все, что знали. Ты видишь безжизненную землю. Но стоит Нам ниспослать на нее воду, как она приходит в движение, набухает и порождает всякие прекрасные растения (22:5).

Аллах вывел вас из чрева ваших матерей, когда вы ничего не знали. Он наделил вас слухом, зрением и сердцами, – быть может, вы будете благодарны (16:78).

Аллах – Тот, Кто создает вас из слабости (создает вас из капли или создает вас слабыми). После слабости Он наделяет вас силой, а потом заменяет ее слабостью и сединой. Он творит, что пожелает, ибо Он – Знающий, Всемогущий (30:54).

Воистину, Мы сотворили человека из эссенции глины.
Потом Мы поместили его каплей в надежном месте.
Потом Мы создали из капли сгусток крови, потом создали из сгустка крови разжеванный кусочек, потом создали из этого кусочка кости, и потом облекли кости мясом. Потом Мы вырастили его в другом творении. Благословен же Аллах, Наилучший из творцов!
После этого вы непременно умрете.
А потом, в День воскресения, вы непременно будете воскрешены (23:12–16).

Вот несколько фаз создания и развития:

- Пыль – суть глины. Это материал, из которого созданы люди.

- *Nafs wāhidah*– «единый дух», которым была создана первая пара, Адам и Ева. Важно отметить, что слово *zawj* часто используется в Коране применительно к супругам, паре.

- Размножение – от первой пары развилась система воспроизведения: *nutfah,* оплодотворенное яйцо (сперма и яйцеклетка) – *ʿalaqah*, похожий на пиявку «крючок», – *mudghah*, зародыш (субстанция, имеющая вид «пережеванной»), – *`izāman*, кости – *lahman,* плоть, покрывающая кости.

– Другое существо (плод) – (возможно, после 4 месяцев беременности) эмбрион, который развивается в новую фазу жизни, в человеческую форму. Плод теперь не только материален, но является существом, обладающим духом, который частично унаследован от родителей. Это существо без обязательств, только с правами.

- Ребенок (*tiflan*) – рожденное человеческое существо с нулевыми знаниями и полностью беспомощное.

- Отлучение от груди (*fisāluhu*) – младенец пьет грудное молоко не более двух лет. Кормление грудью советуется в пяти аятах Корана.

- Половая зрелость – достижение возраста *(al-hulum*) поллюций или менструаций, которые отмечают развитие половых гормонов. Теперь дети становятся способны сами стать родителями.

- Возмужание (*ashudd*) – превращение в полноценных взрослых женщин и мужчин. По Юсуфу Али, «возраст полной силы» наступает между 18 и 32 годами, но Пророк разрешал юношам 15 лет вступать в битву. Одни взрослеют раньше, другие – позже. Для тех, кто взрослеет рано, «возраст мудрости» может быть достижим уже к 40 годам.

- Преклонный возраст (*shaykh*, *shaybah*, *ardhal al-ʿUmur* а затем *da'f*) – немощная старость с увядающими памятью и зрением и одновременно возрастающей слабостью. Она может сопровождаться и упадком интеллекта, когда тот, кто знал много, опять не знает ничего. К этому моменту человек проходит фазу беспомощности, силы, полной силы, опять слабости и, наконец, немощной старости.

- Смерть – после достижения определенной обозначенной Создателем точки физическое тело, созданное из пыли, вновь возвращается в прах, ожидая Дня Воскрешения.

– Восстание из мертвых (*baʿth*).

Мы сотворили вас из нее (земли), в нее Мы вас вернем и из нее выведем еще раз (20:55).

- Бессмертие – жизнь в Раю или Аду всю вечность, результат наших дел и милости Всевышнего. Так завершается цикл создания человеческого существа, от смертного до бессмертного.

Коран позволяет собрать из этих отдельных фаз единую глобальную перспективу. Люди не существовали, затем Бог создал единое бытие, один дух (самость). От этого духа Создатель сотворил пару (не известно как, Коран этого не объясняет). Затем новая система создания была запущена с помощью полового акта, следом за достойной системой брака, призванного сохранять и защищать наиболее важное единство в обществе: единство матери, отца и детей.

Чудо зачатия,беременности и рождения

Д'Ойен (1996) объясняет, что когда сперма отца оплодотворяется яйцеклетку матери, оплодотворенное яйцо чуть больше точки над «i». Через четыре недели, когда размер существа еще меньше 2,5 см, оно уже имеет крошечное бьющееся сердце. После четвертого месяца беременности плод достигает 15 см и превращается в человекоподобное существо с пальцами на руках и ногах и бровями. Хотя он еще не дышит сам и его глаза еще закрыты, он может слышать сердце и голос матери и громкие шумы извне. Плод пинается, вытягивается и поворачивается, сосет палец, иногда глотает немного амниотической жидкости и икает. Мать может ощущать эти движения. Когда плод подрастает, отец может положить руку на живот будущей матери и почувствовать толчки и икоту.

Иногда женщина не может спать ночами, потому что ребенок хочет двигаться именно когда она ложится. Она должна есть куда больше питательной еды, чтобы ребенок мог расти, и чем больше становится дитя, тем сложнее ей съедать большую порцию, потому что места недостаточно. К седьмому месяцу ребенка уже сложно носить. Беременным надо уделять особое внимание, заботиться о них. К 9 месяцам ребенок весит 3-5 кг и достигает 45-54 см в длину. Он с трудом может двигаться в утробе: ему пора начинать путь в этом мире.

Когда ребенок готов родиться, матка, самый сильный мускул, начинает его выталкивать. Как и у животных, материнское тело устроено так, чтобы рожать без помощи докторов. Роды чаще всего – безопасное и счастливое событие, в отличие от многих преувеличенно драматических сцен из художественных фильмов. Несмотря на интенсивные боли из-за схваток, большинство женщин достаточно сильны и смелы во имя своих детей. Они забывают о боли и вскоре держат на руках прекрасного новорожденного.

Бог объясняет психологический статус беременности как *wahnan ʻalā wahn*, – усилие за усилием, слабость за слабостью. Конечно, иногда беременные и матери чувствуют беспокойство, легко раздражаются, меняют настроение от

отчаянья к счастью, беспричинно волнуются. Аллах освобождает мать от поста в Рамадан, чтобы она выполнила свои религиозные обязанности позже, когда будет в состоянии. В течение 40 дней после родов мать новорожденного может не участвовать в обязательных молитвах. Мужу и родственникам очень рекомендуется помогать ей с домашними обязанностями; они должны поддерживать ее здоровье питательной пищей, сном и душевным покоем во время кормления грудью.

Стадии взросления

> Умар ибн аль-Хаттаб выделял такие стадии:
> Ребенка растят в течение семи лет, он становится способным помогать в течение семи лет, его физическое развитие останавливается в 23 года, его мозг перестает расти к 35 годам, и за этим следует только опыт.
> (Tuffahah, 1979, на арабском)

Когда формируется характер? Можно ли что-то исправить позже? Хотя никто не знает точных ответов, нам могут быть полезны некоторые обобщения. Вот примерные этапы взросления:

Рождение – 4 месяца

В аяте (16:48) говорится, что человеческие существа рождаются без знания, хотя Всевышний награждает их слухом, зрением и осязанием как средствами для приобретения знания, за которые они должны быть благодарны Создателю.

До 4 месяцев детский взгляд неясно блуждает, и младенцы кажутся сконцентрированными на изучении людей. Они смотрят на мам больше, чем на других, пугаются резких звуков и мигают на яркий свет, вытягивают руки, поворачивают голову из стороны в сторону. Вскоре они начнут узнавать голоса и лица родителей, начнут улыбаться, ворковать и агукать. К 4-м месяцам ребенок обычно может перевернуться. Головки мальчиков незначительно больше, чем головки девочек (Spock, 1974).

Плач младенца – совершенно нормальная вещь, хотя это и сложно для родителей. Ребенок плачет потому, что ему действительно что-то нужно. Если он плачет без остановки, а температура при этом нормальная, пришло время поменять подгузник? Кушать? Спать? Или его просто надо взять на руки? Родителям следует проконсультироваться с врачом, если плач кажется бесконечным и ребенок не унимается.

5-18 месяцев

Эта стадия роста, наверное, самая важная для формирования отношения к жизни. Дети начинают ощущать себя самостоятельными и настаивают на некоторой независимости, например, хотят держать бутылочку сами и не терпят долгих объятий. Они формируют свое отношение к родителям. Если родители добры и внимательны, младенец и от других ожидает того же; если родители холодны, то и ребенок будет относиться ко всем настороженно. Исходя из собственных представлений, дети приходят к выводам, что они милые или неприятные, хорошие или плохие. Именно отсюда идут корни оптимизма или пессимизма. Если дети мало общались с родителями, то будут плохо разбираться во всем.

Родителям следует проконсультироваться, если ребенок в этом возрасте еще не ползает, не стоит и не реагирует на объекты. После шести месяцев ребенок должен уметь сидеть без поддержки, дотягиваться до предметов одной рукой и перекладывать их в другую, лепетать, откликаться на свое имя. Многие дети – но не все, – будут спать по ночам. К шести месяцам обычно прорезается первый зуб. Ребенок должен уметь держать голову, сфокусировать взгляд, нормально видеть и слышать. Родители начнут разбираться в разнице между плачами «я голодный» и «я нуждаюсь в тебе». Девочки обычно достигают некоторых рубежей развития (например, умения греметь погремушкой) немного раньше мальчиков, хотя мальчики быстрее растут физически.

К девяти месяцам дети активно ползают и могут попадать в неприятности. Ребенок распознает разные звуки и начинает их имитировать. Пинцетный захват позволяет ребенку поднимать мелкие объекты, и он может греметь двумя погремушками. Некоторые дети будут подтягиваться и вставать, попробуют ходить, держась за мебель. Почти все, что они трогают, оказывается у них во рту, потому что они ощущают вещи, положив их в рот. Детские руки заберутся туда, куда родители и подумать не могли.

К году дети могут ходить, произносить некоторые слова, держать ложку. Хотя они еще не понимают смысла наказаний, они уже понимают значение слова «нет». Важно перенаправлять активность ребенка, если он настойчиво лезет не туда. До одного года ребенок не знает, что ведет себя не так. Они только понимают, что вокруг огромный мир, который надо исследовать.

Между одним и двумя годами дети начинают ходить все лучше. Превратившись из младенца в ходунка, ребенок становится более независимым и наслаждается исследованиями; он может ударить ногой по мячу, бегать, подниматься по ступенькам, держась за перила, и проводить линии карандашом. Ходунки действуют импульсивно, т.к не понимают, что правильно, а что неприлично, и не знают разницы между плохим и хорошим. Родителям надо предлагать ребенку выбор, а не применять наказание, и предоставлять свободу действий. Эта возрастная группа не приемлет компромиссов. Правил должно быть немного, но важна родительская последовательность в их соблюдении. «Тайм-аут» (исключение ребенка из ситуации и временное изолирование в специальном месте) – наиболее действенный способ прививания дисциплины.

Мелодичные рецитации Корана, спокойная музыка, звуки природы и подходящие песни, *nashīd* (религиозные песни) и ритмы способствуют развитию языковых и логических отделов мозга малыша.

Родители должны следить за развитием внимания ребенка, предлагать игры с кубиками и рисование. Если ребенок не способен удерживать внимание, следует проконсультироваться с педиатром. Приступы гнева могут быть неожиданными и выматывающими, но чаще всего это не причина для паники. Слух развивается быстрее, чем зрение – ребенок привыкает к громким звукам. Он не видит ясно до шести месяцев. За развитием слуха и зрения следует распознавание.

Полтора – три года

В этом возрасте дети обзаводятся ясным самоосознанием и становятся самостоятельными людьми с собственными желаниями. Однако они больше осознают и свою зависимость от родителей. Ребенка начинают «разрывать» противоположные стремления: независимость – зависимость, чистота–грязь, сотрудничество – упрямство, любовь и вражда. Личность ребенка к исходу трех лет будет зависеть от уровня согласия или уверенности в себе, врожденного темперамента и того, насколько теплыми оказались сложившиеся с родителями в этот продолжительный период отношения.

«Горшечные войны» между экспертами

Брэзельтон говорит родителям, что следует поощрять детский успех в пользовании туалетом. По его мнению, приучение к горшку должно начинаться около двух лет, когда дети могут следовать инструкциями и подражать другим.
Лич утверждает: не забивайте голову приучением к горшку до 15 месяцев и не надейтесь, что на детей можно будет положиться в этом вопросе до 3-х лет. Не наседайте, это может затормозить процесс.
Роузмонд придерживается точки зрения, что если мать не смогла превратиться из уборщицы и опекуна до 2-х лет, то ребенок не сможет правильно взрослеть и в последующем получит проблемы с поведением.
Исследования подтверждают, что все дети учатся в разное время. При постоянном побуждении девочки учатся пользоваться горшком в среднем к девяти месяцам (мальчики – чуть позже).
(Lemonick, 1999)

Например, если родители откровенно доминируют, а ребенок по темпераменту уступчив и исполнителен, то он может стать слишком покорным, безвольным. Если они слишком строги, но оставляют малышу возможности для ответной реакции, ребенок может стать агрессивным. Если родители придают очень большое значение порядку, восприимчивый ребенок может стать чрезмерно щепетильным чистюлей. Если беспокойные родители сильно опекают детей, постоянно следят за ними, те могут стать сверхзависимыми.

Психологи сходятся во мнении, что характер ребенка формируется к 3-хлетнему возрасту, но некоторые особенности личности позже могут сильно измениться под прессом обстоятельств. Более того, многие характеристики просто не могут быть сформированы к этому возрасту: так, отношение детей к представителям своего и противоположного пола может сильно меняться в зависимости от дружеских отношений и браков, которые они выстроят.

В первые два года ребенок растет очень быстро и сильно меняется. Каждый месяц он учится чему-то новому. После двух первых лет рост немного замедляется.

Дети прекрасно бегают и начинают прыгать, лазать, хватать предметы, могут кататься на трехколесном велосипеде. Они повторяют слова и копируют действия, рисуют геометрические фигуры, могут собирать простые пазлы. Они сами могут быть заинтересованы в приучении к горшку. На этой стадии развития ходунки знают около 50 слов и способны строить короткие предложения.

Родители должны быть терпеливы к потоку бесконечных «почему», важно поощрять любопытство без раздражения. Поощрение и «тайм-ауты» – лучшие средства поддерживать дисциплину. Наступило хорошее время для выработки социальных навыков, таких как умение просить и делиться с другими.

Рассеянное внимание, проблемы с речью, недостаток интереса к другим детям, частые падения – те признаки, о которых надо посоветоваться с семейным врачом и психотерапевтом.

4-7 лет

К четырем годам дети могут начать есть меньше, чем когда им было 2 года, потому что они не так быстро растут и не столь активны. Каждый день до достижения подросткового возраста, когда они входят в фазу новых серьезных изменений, дети учатся чему-то новому. Уровень энергии подросших детей очень высок (они хотят гулять, бегать, скакать и прыгать), заставляя родителей уже с ностальгией вспоминать о фазе ползанья. Ребенок легко может кидать мяч и кататься на трехколесном велосипеде.

В этом возрасте родители могут доходчиво объяснить ребенку, почему то или иное его поведение не верно, и рассказать о последствиях (но надо соблюдать ясную краткость). Поощряйте и награждайте хорошее поведение, «штрафуйте» за плохое. Следите за чрезмерной привязанностью к родителям. Ребенок должен быть приучен к горшку хотя бы до пяти лет и должен хотеть проявлять активность, как один, так и с другими.

Дети замечают разницу между мальчиками и девочками и хотят узнать названия разных частей тела. Это время активных расспросов, потому что дети хотят знать всё и обо всем (включая вопрос «откуда дети берутся»). Родители должны откликаться на эти вопросы, или дети пойдут искать ответы среди друзей, которые могут давать им неверную информацию (Jaber, 1977, на арабском).

С возрастом дети становятся более зависимыми от настроения, их эмоциональный настрой резко меняется от одной крайности к другой: от излишней любви к ненависти и гневу, от счастья к грусти. Дети начинают испытывать страх и боятся темноты, незнакомых мест, животных, громких звуков, смерти и Бога. Они боятся быть разлученными с родителями и потерять их (Jaber, 1977, на арабском).

Дети могут начать испытывать ревность к другим и становиться агрессивными. Поэтому важно, чтобы родители обращались со всеми детьми одинаково хорошо. Ревность братьев пророка Иосифа (Йусуфа) может стать хорошим примером.

С ростом ребенка его идентификация с родителем того же пола становится все более важной. Мальчики более внимательно наблюдают, например, как отец работает в саду, а девочки учатся у мамы выполнять работу по дому. Родители могут внушить ребенку любовь и уверенность на примере взаимной любви друг к другу и к другим детям. Совместные дела, игры, чтение, уход за животными помогают установить отношения, основанные на доверии, уверенности в себе и взаимном общении. Дети учатся религии, участвуя в ритуалах и наблюдая за родителями. Если хорошие манеры были привиты ребенку до его столкновения с внешним миром, у него появляется больше шансов поступать верно, когда они вырастут.

7-14 лет

Это возраст начального образования и достижения половой зрелости. Мальчики и девочки начинают все больше и больше вести себя уже как мужчины и женщины. Эти изменения, как правило, начинаются у девочек в 9–13 лет, у мальчиков – в 11–15.

В этот период происходят многие физические, интеллектуальные, эмоциональные и духовные изменения. Дети выясняют, что могут выглядеть по-другому, и мыслят совсем не так, как за год до этого.

Девочка в подростковом возрасте может неожиданно набрать вес, готовясь к скачку роста, а потом прибавить несколько дюймов за пару месяцев. У нее

наливаются губы и растет грудь, появляются волосы под мышками и на лобке. Мальчики проходят через такой же возрастной скачок и начинают больше есть; их плечи расширяются, проявляется растительность под мышками, на лобке, лице и груди. Голос мальчика становится ниже, как у взрослого мужчины. И мальчики, и девочки могут вырастать из обуви буквально за несколько месяцев. В этом возрасте родители должны придавать больше значения молитве, чем раньше.

Замечены следующие изменения (7-14лет):

- Дети чувствительны к критике, легко злятся, становятся более эмоциональными;
- Дети больше общаются со сверстниками, именно от них черпают свои ценности и этические нормы, поэтому родителям следует следить за ними в обществе;

- Дети чувствуют себя застенчивыми и нуждаются в поощрении, чтобы высказать свою точку зрения, которую следует уважать;
- Мускулы тела быстро растут, дети начинают с большим удовольствием заниматься спортом (бег, скалолазание, плавание, футбол, баскетбол);
- теперь питание, одежда и личная гигиена зависят прежде всего от их собственных вкусов и пристрастий. Пришло время учить их этикету в еде, питье и общении. Начинайте учить их *du'ā'* (молитвам) по каждому случаю. Это период «сексуальной бездеятельности», или «неактивного секса». Они предпочитают компанию представителей своего пола. Не стоит приучать их к эротическим образам в телевизоре, в журналах или книгах. После 10 лет им не следует спать в одной постели с братьями и сестрами.

11-13 лет: Менструация у девочек

У большинства девочек менструация начинается в 11–13 лет. Каждый месяц в течение 3–7 дней из вагины выделяется немного крови: это знак, что физически они созрели для зачатия. Кровотечение не опасно и, как правило, не причиняет боли (природа берет свое, и через это проходят все женщины). Эта кровь – тонкая внутренняя прокладка матки. В двух яичниках ежемесячно созревает одно яйцо, и кровяная прокладка в матке формируется, чтобы создать своеобразное «гнездо», в котором может расти зародыш. Без мужской спермы яйцо расти не может, подкладка становится ненужной, и организм избавляется от нее посредством менструации. Каждые 27–30 дней (лунный месяц) этот природный процесс повторяется.

Боль во время месячных
Миллионы женщин жалуются на дискомфорт в дни менструации. Проблемы могут длиться днями и варьироваться от мягких до сильных. Симптомы: набухание груди, спазмы, менструальные мигрени, сильное или длительное кровотечение, скачки настроения и усталость (Kalb, 2003).

Первая менструация – важное событие в жизни девочки: это значит, что она достигла половой зрелости и по сути является молодой женщиной. С этого момента она как взрослая мусульманка готова к выполнению всех религиозных обязанностей, таких как пост и молитва, и должна соблюдать аурат. Аллах разрешил женщинам не поститься в Рамадан во время менструации, но они должны компенсировать пропущенные дни после Рамадана. В дни месячных женщины не могут произносить обязательные молитвы (*salat*), находиться в мечети и прикасаться к Корану. Пропущенные молитвы впоследствии возмещать не требуется. После менструации женщина должна совершить полное омовение (*ghusl*), чтобы очистить себя для молитвы.

13–15 лет: когда мальчики становятся мужчинами

Достигая зрелости и становясь молодыми мужчинами, мальчики начинают избавляться от излишков спермы. Иногда во сне у них наступает эрекция, завершающаяся поллюциями – выделением семенной жидкости (*haywan manawi*). Это значит, что мальчик превращается в мужчину и готов стать отцом. С этого момента он как взрослый мусульманин также ответственен за свои религиозные обязанности. Если поллюции не проявляются, индикатором перехода мальчика во взрослое состояние считаются другие признаки половой зрелости (например, ломка голоса). Шариат считает мужчин взрослыми с 15 лет. В любом случае мальчики и девочки должны регулярно молиться и поститься с 12-летнего возраста, даже если их половое развитие задерживается.

Некоторые мальчики прикасаются к интимным частям и путем массажа достигают извержения семени, получая удовольствие от эякуляции. Это называется мастурбацией. В некоторых либеральных обществах эти действия не считаются противозаконными (*harām*) и даже поощряются, но в Коране и женская, и мужская мастурбация осуждаются. Всякий, касавшийся своих интимных зон, должен совершить омовение (*wudū'*), прежде чем молиться. Всякий, кто занимался мастурбацией, должен очистить себя, совершив полное омовение (*ghusl*) для возвращения ритуальной чистоты.

«У тебя замечательный ребенок. Затем в возрасте 13 лет его уносят гремлины, а вместо него приносят незнакомца, который не дает тебе ни минуты покоя».
Джилл Айкинбери (Brown, 1994)

14–21 год

В этом возрасте голос у мальчиков становится грубее, а у девочек –мягче и женственнее. У мальчиков растут мускулы, у девочек – грудь, и их тело оформляется. Временная несогласованность роста ног и рук приводит к неловкости в походке и обращении с предметами. Молодым людям нужно время, чтобы окончательно сформироваться и привыкнуть к своему взрослому телу.

Понимание подростков

Подростки при принятии решений больше полагаются на эмоции, а не на рациональные суждения. Их сердца могут сражаться с разумом, а чувства и эмоции – доминировать над логикой и мышлением. Подростки зациклены на себе: они проводят много времени, заботясь о своей внешности. Одни вынуждены носить брекеты на зубах, другие страдают от прыщей и угрей (акне), третьи беспокоятся, что слишком высокие или толстые. Все изменения в их теле могут заставить их нервничать. Кого-то начинают заботить размышления о будущей карьере, выборе профессии, партнера. Все эти решения могут сделать их раздражительными и нервными.

Гормоны приводят и к изменению настроения: мальчики чувствуют себя беспокойными и злыми без явной причины, девочки могут начинать плакать или раздражаться из-за любой мелочи. Иногда молодые люди хотят, чтобы с ними обращались как со взрослыми, но ведут себя как дети. Следует помнить, что все эти проявления нормальны, но до тех пор, пока не становятся неконтролируемыми. Здоровые люди учатся контролировать свои эмоции и дважды думать, прежде чем действовать.

Авиценна считал, что мы должны начинать учить Корану как только ребенок готов внимать ему физически и умственно. Учите его алфавиту и основам религии. Затем учите его выборочным аятам о поведении, знании и осуждении невежества, заботе о родителях, добре, помощи слабым и бедным. Когда ребенок завершит изучение Корана и языка, следует выяснить его склонности и направить его занятия исходя из его возможностей и интересов (Al-Ibrashi, 1976, на арабском).

Интеллект ребенка начинает полноценно работать с 13–14 лет, и подростки могут понять довольно сложные вещи, которые не могли бы понять ранее. Это хорошее время для развития навыков, необходимых в дальнейшей жизни, – приготовления пищи, заботе о детях, устранения неполадок в доме. Подростки учатся и общественным навыкам – как говорить и как общаться с другими и вести себя в разных обстоятельствах. Они учатся брать на себя больше ответственности за себя и за других и могут подрабатывать, не прерывая учебу, быть волонтерами или даже работать полный день.

Ислам предлагает некоторые превентивные меры для этого этапа:

- опускать взгляд перед противоположным полом;
- заниматься спортом, чтобы расходовать энергию;
- поститься по понедельникам и четвергам и заканчивать пост вместе с другими;
- просить разрешения, прежде чем пойти в гости;
- избегать уединения с представителем противоположного пола;
- братья и сестры должны спать в раздельных кроватях (но в одной спальне) после 10 лет. Интересно, что в Британии планировка домов предполагает, что дети после 10 лет имеют собственные спальни (Жилищный закон 1985 г.), однако подобная роскошь доступна не всем, и если все станут следовать этим правилам, земля погрязнет в особняках.

Подростки развивают свою личность: они нуждаются в некотором личном пространств и времени. Подрастая, они могут начать задумываться над вопросами: кто я? Зачем мне дана жизнь? Почему в мире столько проблем? Это время, когда молодые люди спрашивают о многом, ищут ответы и генерируют новые идеи. Иногда это становится поводом для споров с родителями. Подростки более стабильны в возрасте 16–19 лет. Этап взросления очень долгий и сложный и требует много терпения и понимания со стороны всех членов семьи.

Подростки развивают способности к обобщению, осмыслению, теоретизированию и представлению. Они могут прогнозировать проблемы и разрабатывать их решения на будущее. В отличие от предыдущих лет, когда они могли думать только о текущей минуте, они могут осознавать значение времени: прошлого, настоящего и будущего. У них появляется чувство истории. Они могут зайти в своих вопросах за границы материальных вещей, задуматься о причине жизни, природе посмертного существования, целях и задачах, ценностях и этических нормах, начале и конце мироздания, жизни в этом и загробном мирах.

Подростки развивают чувство религиозности. Взросление – это пора религиозного пробуждения, осознания собственного понимания Рая и Ада, греха и покаяния, воскрешения и вечности, судьбы, свободы и детерминизма. В какой-то момент они становятся более стабильными и объективными во взглядах на жизнь.

Подростки включаются в видения и фантазии: появляются мечты. Это важный способ, с помощью которого будущие взрослые высказывают свои желания, одна из характеристик

умственного роста, нормальный феномен, требующий осторожности, – он не должен стать главной частью их личной и общественной жизни.

Вы когда-нибудь задумывались, почему огромные публичные демонстрации во многих странах состоят именно из студентов? В Турции, Египте, Малайзии, Индонезии, Иране или США… Это потому, что подростки очень энергичны, эмоциональны, страстны и верят в силу реформ и крайних мер, чем часто пользуются различные вербовщики и провокаторы.

Подростки критикуют других, начиная с родителей, в т.ч. за их одежду, еду, вкусы, способ воспитания, и сравнивают их с родителями сверстников. Они могут критиковать школу, общество, государство, и защищать радикальные методы реформ и общественных изменений.

Подростки становятся идеалистами в связи с недостатком жизненного опыта.

Абстрактное мышление = Недостаток опыта – Ведут к идеализму

Подростки-идеалисты могут противостоять авторитету родителей и общества, если их собственные идеи и решения постоянно отвергаются без удовлетворительного объяснения. Из-за этого вчерашние дети могут стать беспокойными, изолированными и отчужденными. Ощущение собственного бессилия и крушения надежд способно привести молодых идеалистов к разочарованию в себе и утрате доверия к другим.

Возможная цепь событий

Подростковый идеализм и недостаток опыта – отрицание родителей и общества – конфликты – изоляция – отчуждение – отчаяние – недоверие – беспомощность – безнадежность – апатия – пассивность – инертность

Подростки сталкиваются с разными проблемами. Они предпочитают принимать самостоятельные решения, не советуясь с родителями, и часто ошибаются. В этом возрасте необходимо создать атмосферу «непрямой помощи», которая их не связывает, но помогает принимать верные решения.

У подростков развивается стремление к состязательности, победам, к самоутверждению за счет каких-то достижений. Четко определенные зоны ответственности помогут им в этом; отсутствие таковых заставляет чувствовать себя незначимыми и отверженными. Слишком сложные и объемные задачи приведут к чувству бессилия, ребенок ощутит себя неудачником. Следует соблюдать баланс.

Подростки имеют способности к запоминанию. Существует два вида запоминания: механическое и осознанное (или прямое и косвенное). Механическое запоминание – повторение фраз без понимания их содержания. Осознанное запоминание включает понимание содержания, установление связей объекта запоминания с другими предметами, выстраивание новых отношений между элементами содержания. Развитие прямого механического запоминания начинается в детстве и достигает кульминации к 15 годам (al-Sayyid, 1975), затем оно начинает уменьшаться в объеме запоминаемой информации и быстроте «схватывания». Способность к непрямому запоминанию открывается позже, но продолжает развиваться до среднего возраста. То, что заучено в детстве, будто высечено на камне и сохраняется на долгое время; то, что выучено в более зрелом возрасте, легко забывается.

21-40 лет – Зрелость

Для большинства людей это возраст зрелости, силы и продолжения рода. Юсуф Али в XX веке и Умар ибн аль Хаттаб в VII веке считали, что ум полностью развит и полон к 40 годам, и далее развитие происходит только посредством опыта.

40-65: Средний Возраст

Это пик зрелости, когда развитие связано уже не с физиологическими изменениями, но с образованием, тренировками и опытом. Начинается физическая слабость *(da'f)*.

65 лет и старше: старение (Shaykhūkhah)

Наступает старость, приходит немощь (*ardhal al-ʿumur*), интеллект и память часто ухудшаются. Болезнь Альцгеймера настигает все больше пожилых людей и разрушает «ячейки» их памяти, хотя люди могут оставаться физически крепкими. Другое название этого периода – *shaykhūkhah* (старение), *da'fan* (слабость), *shaybah* (старость).

Жизненный цикл начинается с рождением ребенка (который ничего не знает, но слышит, видит и полон чувства любви). Господь предлагает людям быть Ему благодарными: *laʿallakum tashkurūn*. Потом человек проходит путь от слабости к силе и снова к слабости. Между рождением и старостью люди приобретают знания, и Господь вдохновляет их достигать осмысления и мудрости: *laʿallakum taʿquilūn*. На финальной стадии жизни – в конце путешествия, – люди должны быть добродетельны и избегать грехов. Пророк говорил: «Не останется у человека причин для оправдания к 60-летнему возрасту» (Аль Бухари).

Чем старше мы становимся, тем хуже становится наша память, но наша сила рассуждений усиливается. Настоящее благословение!

Счастливы и благословенны те, кто начинают благодарить Бога с ранних лет жизни и до стадии мудрости учатся распознавать и осознавать суть и миссию создания и людей на земле.

Использование фаз развития

Ребенок – наше окно возможностей

Сердце ребенка чистое и пустое. Оно имеет природную предрасположенность все удерживать, и его все привлекает. (Имам Аль-Газали)

Ребенок готов принять всю информацию и все инструкции, обращенные к нему.
(Ибн Мискавейх)

Это золотой час для родителей – они могут научить детей всему до максимально возможного уровня!

Кормление грудью в первые два года

Это та стадия, когда закладываются важные элементы личности. Результатом станет физически и эмоционально здоровый ребенок. В младенчестве формируются отделы мозга ребенка, начинают работать взаимосвязи и подключение к системе посредством триллионов и триллионов нейронов. Смелость, творчество, любовь, честность, отношение ко всему, язык и логика начинают формироваться именно на этом этапе. В дополнение к многочисленным медицинским плюсам кормления грудью матери передают детям огромный эмоциональный позитивный фон. Любовь, нежность и самоотдача в первые два года передаются с помощью кормления. Кормящие матери тоже психологически выигрывают от интимных эмоциональных отношений со своим ребенком.

Любовь и страх Божий

Детей надо как можно раньше познакомить с любовью, надеждой и благами, исходящими от Милостивого и Сострадающего. Концепции страха, наказания и Ада могут подождать до подросткового возраста, когда дети смогут воспринимать абстрактные теории и образы. У ребенка в ранние годы очень впечатлительный ум, и страх перед Адом может задушить детский потенциал свободы, креативности и воображения. Запугивание лишает детей смелости, способности рисковать, принимать решения и быть уверенными в себе.

Запоминание

Шейх Мухаммад аль-Газали в «*Kayfa Nataʿāmal Maʿa al-Qurʾān*» (1992) поднимает вопрос, когда начинать запоминание Корана и концентрироваться на заучивании и понимании. Он пришел к выводу, что до подросткового возраста на первом месте должно быть запоминание, а далее следует концентрироваться на понимании и интерпретации *(tafsīr)*. Тогда будут задействованы все способности мозга, – и раннее запоминание, и последующее осмысление.

Аспекты Da`wah

Надо больше заботиться об этом в подростковые годы, когда дети восприимчивее к абстрактным концепциям Рая, Ада и загробной жизни. Энергия и эмоции ребенка

на этой стадии наиболее высоки, и их легко направить на добродетель, духовность и жертвы ради общего блага. Подростковые эмоции должны быть сбалансированы рациональностью. Дети в течение кризиса возраста должны усилить ритуальную практику знанием и контролем над эмоциями и поддерживать себя надеждой на Всевышнего (*tawakkul*).

Чувствительность к критике в подростковом возрасте

Надо обращаться с подростками тактично, чтобы не навредить их чувствам и самоуважению. Цель – направлять их развитие, а не заставлять терять уверенность в себе. Основные подходы на этой стадии - подбадривание и стимулирование. Ревность и чувство конкуренции в этом возрасте особенно обостряются, поэтому обращайтесь с братьями и сестрами справедливо и одинаково.

На этой стадии уделяйте больше внимания формированию личностных качеств, поскольку подростки начинают критически относиться к себе, обществу и миру. Это время обсудить настоящее значение *tawhīd* (Единства Бога), *istikhlāf* (наместничества для человечества), *ʻimrān* (строительства цивилизации), взгляда на мир, жизненных трудностей, отношения с собой, с другими, окружением и с Богом.

Изучение второго языка

Не стоит откладывать обучение языкам до подросткового возраста. Чем раньше, тем легче усваиваются незнакомые звуки и запоминаются буквы, отличающиеся от привычного алфавита. В раннем детстве малыши демонстрируют прекрасные способности к обучению нескольким языкам без особых сложностей. «Молодой мозг имеет величайшие возможности для принятия языка, а тот, кто в молодости знает 2 языка, имеет больше шансов позже изучить и третий, и четвертый. По сравнению с подростками или студентами дети легче учат английский с естественным произношением или подражают мягким тонам китайского» (Glod, 2006). То же относится к арабскому и другим языкам.

Персидский *хафиз* шести лет

(Хафиз – тот, кто может декламировать весь Коран на память).

Сайид Мухаммед Хусейн Табатабаи, для матери которого родной язык – персидский, заучил весь Коран к 6 годам. Его отец говорит: «Ему было 2 года, когда я впервые понял его талант». Сын учился, слушая мать, которая тоже *хафиза*, запоминая аяты после первого или второго прослушивания. Он читал Коран днями, чтобы удерживать в памяти то, что запомнил. Его любимые истории – о пророках, особенно об Иосифе» (Muslim news, 1998).

В этом чудо Корана, – ребенок, не понимая арабского языка, может запомнить его текст от корки до корки! Сейчас тысячи детей разных национальностей младше десяти лет запоминают Коран на арабском.

Сирийский хафиз, которому четыре с половиной года.

Самым маленьким ребенком, который запомнил весь Коран в 4 с половиной года, стал Абдулла Ахмад Шгхалах из сирийского Алеппо, рожденный в 1996 г. Он начал запоминать Коран в 3 года; к 5 годам он также запомнил 1000 хадисов Пророка и более 1000 поэтических строк.
История началась в магазине его отца, когда тот заметил, что его двухлетний сын напевает песню Умм Кульсум «*Zalamūnī al-Nās*», однажды услышанную по соседскому радио. Родители решили направить потенциал малыша на заучивание Корана, стали читать Абдулле по нескольку аятов, и он запоминал их со второго прочтения. За несколько месяцев Абдулла улучшил также свое произношение по правилам tajwīd.
В 5 лет Абдулла получил первый приз на Национальном соревновании чтецов Корана в Сирии, где выступали люди от 14 до 30 лет. Он был самым молодым победителем этих состязаний (Al Usrah Magazine 2005).

Практика запоминания на Востоке и на Западе

Восточная практика запоминания Корана дошкольниками приносит хорошие плоды. Хотя большинство юных мусульман 4–5лет не понимают арабского языка, они могут запомнить весь текст Корана; понимание придет позже, в подростковом возрасте. На Западе запоминанию текстов внимания не уделяется – идет ли речь о Библии, поэзии или пьесах. Однако ранние христиане знали Библию наизусть! Некоторые христианские дети арабского происхождения запоминают Коран, и это развивает их словарный запас, язык, мышление, тренирует память, учит хранить и извлекать информацию.

Раннее запоминание Корана помогает подросткам в старшей школе.
Д-р Юсуф Кхалифа (бывший министр образования Судана) отмечает: «Наши эксперименты с хафизами в разных деревенских медресе *(khalawī)* и школах Судана показали, что те, кто учил Коран, имеют прекрасные возможности для запоминания, сохранения и понимания сложных концепций и проблем. Эти ученики, которые никогда не посещали регулярные светские школы, проходят лишь 2-хгодичный курс для подготовки к поступлению в университет. 90% из них сдали госэкзамены и оказались наравне со студентами, которые посещали светские школы по 12 лет.

Задания

Задание 31: Совет родителям
Обсудите, как применить следующие пункты к своим детям.
- Давайте детям чуть больше, чем они ожидают, и делайте это с радостью
- Не верьте всему, что слышите, и не растрачивайте все, что имеете.
- Не превращайте слова «Я тебя люблю» в расхожую фразу.
- Когда говорите «Прости», смотрите в глаза человеку.
- Никогда не смейтесь над мечтами детей. Те, кто не мечтают, не достигают многого.
- При несогласиях спорьте красиво. Не сводите спор к ругани.
- Не судите людей по их родственникам.
- Если кто-то задает вопрос, на который вы не хотите отвечать, улыбнитесь и спросите: «Почему ты хочешь это знать?»
- Великая любовь и достижения – великий риск.
- Говорите « Благослови тебя Бог», когда кто-то чихает.
- Когда проигрываете, не забывайте урок.
- Уважайте себя, уважайте других, и отвечайте за свои поступки
- Не позволяйте небольшой злобе разрушить сильные семейные узы
- Когда понимаете, что совершили ошибку, сразу предпринимайте шаги, чтобы исправить ее.
- Улыбайтесь, когда берете телефон. Звонящий услышит улыбку в вашем голосе.
- Проводите немного времени в одиночестве.

Родители, понимайте фазы развития Вашего ребенка:
- Возраст упорядочивания – 1–7 лет
-Возраст подражания – 8–12 лет
- Возраст вдохновения – от 13 лет.

ГЛАВА 1

Дорога к здоровью ребенка

- Введение
- Беременность
- После родов: дебаты вокруг прививок
- Чистота и гигиена
- Здоровье: некоторые исламские практики
- Питание
- Факты о детях и питании
- Предписания Корана, связанные с едой
- Дети и физические упражнения
- Сон
- Как предотвратить употребление алкоголя и наркотиков
- Дети и соблазны
- Распознание употребления наркотиков на ранней стадии
- Пагубные привычки против здорового общения
- Уход за больным: религия как предупреждение
- Нарушение закона
- Задания
-

Введение

Пациент постоянно жаловался врачу на боли. В конце концов врач ответил: «Ты потратил столько денег, чтобы защитить свой бизнес, механизмы и здания, но проигнорировал главное вложение – твое тело!»

Родителям стоит задуматься о старой истине: «Болезнь легче предотвратить, чем лечить». Нет смысла ждать беды и только потом реагировать. Любая допущенная родителями ошибка в деле здоровья ребенка может разрушить его будущее. Взрослые несут двойную ответственность – за свое здоровье и здоровье детей, но зачастую, к сожалению, вместо того чтобы потратить немного усилий на превентивные меры тратят массу сил и нервов на интенсивную заботу после. Бездействие делает нас виноватыми и несчастными. Более опасно, однако, что вред детскому здоровью может проявиться позже. Несложно представить силу чувства вины, если ребенка настигает болезнь, которую в нужный момент легко можно было бы избежать.

Здоровье – на вершине приоритетов. Его отсутствие не компенсируют ни хорошая семья, ни карьера, ни образование. Более того, в здоровом теле – здоровый дух, и необходимое умственное и психологическое развитие ребенка достижимо именно при наличии физического здоровья.

Родители должны обеспечить детям питательную еду, чистую воду, своевременную вакцинацию, посильные нагрузки и необходимую медицинскую помощь. Воспитание здорового ребенка начинается еще до его зачатия: надо выбирать здорового супруга.

Беременность

Беременная женщина несет огромную ответственность перед плодом. Правильное питание, достаточный сон, регулярные посещения врача и упражнения необходимы для здоровых родов. Ей следует избегать риска инфекций и приема вредных веществ (наркотиков, алкоголя, нездоровой пищи). Курение – одна из самых опасных вещей, которые мать не должна совершать во время беременности. Питаясь и получая кислород через плаценту и пуповину, эмбрион составляет с будущей матерью единое целое, и она делится с ним отравляющими токсинами. Перечитайте предупреждение на сигаретных пачках:

курение вызывает рак легких, болезни сердца, эмфизему и может ухудшить течение беременности.

Некурящая атмосфера: если есть желание, найдется и путь

Нация может курить меньше при неодобрительном отношении к курению. Так произошло в США.

В 1985 году число городов, где запрещено курение в помещениях, составляло 202. К 2003 их стало 1631.

Вне зависимости от законов родители должны беречь детей от мест, где курят, - и в доме, и за его пределами.

Если будущая мать подхватила инфекцию, следует немедленно проконсультироваться с врачом, чтобы не навредить плоду. Так же следует поступать и во время кормления грудью. Инфекция может вызвать нарушения у ребенка: слепоту, глухоту, умственные отклонения, шизофрению и аутизм. Матери следует сдавать анализы крови во время беременности, чтобы избежать гемолитических болезней, которые могут повредить мозг или вызвать смерть ребенка.

После родов: дебаты вокруг прививок

Здесь представлены аргументы за и против вакцинации, чтобы родители могли сделать собственные выводы.

После родов ребенка исследует врач, он проверяет состояние глаз, ушей, рефлексы. Мальчиков следует обрезать, чтобы избежать инфекций. Многие родители понимают важность вакцинации и следуют их плану. Однако 80% взрослых не знают, что большинство вакцин надо вводить ребенку до 2 лет. Удивительно, – мы вакцинируем цыплят внутри яйца за несколько дней до того, как они вылупятся, новорожденные телята получают укол прежде, чем войдут в хлев, но некоторые дети не получают свою дозу вакцин до 2-х лет.

Вакцинация может многое!

Шесть смертоносных «детских» заболеваний – коклюш, корь, полиомиелит, туберкулез, столбняк, дифтерия – каждый год убивают миллионы людей. Большинство из них – голодающие малыши без устойчивости к болезням. Вакцины известны десятилетиями и устранили угрозу заболеваний в развитых странах. Практически каждый ребенок в США привит, в то время как сотни детей из развивающихся стран просто не имеют доступа к вакцинам. Более 3 миллионов детей в мире умирают от болезней, которые можно предотвратить.
(«Для детей: дар здоровья, образования и надежды» брошюра о необходимости пожертвований, Юнисеф, 2003)

Расскажите детям историю о появлении первой вакцины:

Эдвард Дженнер предложил вакцинацию в 1796 г., и это была великая история творчества. В медицине есть три типа хороших идей: очевидные, не совсем очевидные и такие, к которой и пришел д-р Дженнер. Он услышал от соседей в Глостершире, Англия, что люди, переболевшие коровьей оспой, не заболевают более опасной натуральной оспой, и предположил, что первая болезнь активизирует возможности организма в борьбе со второй. Эта идея казалась коллегам Дженнера абсурдной, – в то время не было слов «иммунная система» и «бактерия». И все же Дженнер верил в свою идею. Верила и мать, которая разрешила врачу провести опыт на своем 8-летнем сыне, Джеймсе Филиппе, когда на ее ферме разразилась коровья оспа. Дженнер взял гной зараженной доярки, ввел мальчику и стал ждать. Ребенок легко перенес болезнь. Через шесть недель он ввел ему натуральную оспу и подождал еще, чтобы увериться, что мальчик не заболеет. Затем он объявил восход новой эры. Он изобрел вакцину.

Вакцины изменили мир, вырвав с корнем оспу, и предотвратили распространение полиомиелита и кори. Вакцинация – одно из величайших медицинских открытий последних двух столетий, и наиболее прибыльное. Вакцины не лечат, а предотвращают, что куда лучше. Если привиты 100 человек, то они и сами не заболеют, и не заразят еще тысячу.

Каждый год вакцины спасают бессчетные жизни. И все же многие люди все еще не могут их получить. В Африке, Азии и Латинской Америке много мест, где дети не получают базовые прививки, легко доступные в развитых странах, и поэтому умирают. Также нигде невозможно привиться от страшных мировых убийц – ВИЧ, туберкулеза и малярии, которые забирают 6 млн. жизней каждый год: несмотря на мощь медицины, вакцин от них нет.

Доводы против вакцинации

Многие не знают о возможном побочном эффекте от вакцинации детей. Аргументы против вакцинации объясняют, что значительная доля успеха, приписываемого вакцинации, связана на самом деле с общественным здоровьем (особенно с чистой водой, санитарными условиями, меньшим населением, хорошим питанием и более высоким уровнем жизни).

«Вакцины содержат токсичные химические вещества, ДНК нерожденных детей и ткани животных, инородные ослабленные вирусы и бактерии. Современная технология вакцинации базируется на науке, которая устарела на 200 лет и которая утверждает, что вакцины безопасно стимулируют ответ иммунной системы… Токсичные химикаты, добавляемые к вакцине, создают проблемы для нервной и иммунной системы, т.к. не могут быть легко выведены из тела и накапливаются в мозгу и тканях и повреждают нервы. Инородные протеины и ДНК не могут быть должным образом нейтрализованы и выведены иммунной системой и могут проходить через клеточную оболочку».
(http://www.know-vaccines.org/parent.html)

Иммунной системе нужны годы, чтобы полностью сформироваться, и она должна быть знакома с бактериями и вирусами – организм научится выводить их с потом, сыпью, слизью.

Вакцинация не дает детям шанса развить на всю жизнь природный иммунитет от относительно безобидных болезней (как корь, свинка, краснуха, ветрянка и коклюш).

Противники вакцинации говорят, что хорошее здоровье – лучший способ создать иммунитет против болезней.

«Хищные» вирусы вовсе не охотятся на нас все время. Если мы здоровы, то тело может переносить холод, грипп, корь и все прочее, что может быть вокруг нас. Ключ в восприимчивости.
(Sinclair, 1995) (Head, 1999)

После вакцинации тело находится в состоянии тревоги по поводу того, что может никогда не случиться. Иммунная система может стать слишком восприимчива к аллергиям.

Повторим, что мы лишь информируем родителей, а они, посоветовавшись с врачом, могут сделать выбор «за» или «против» вакцинации.

Педиатры рекомендуют регулярный осмотр детей в 6, 8, 10 лет и далее ежегодно. Плюсы таких осмотров том, что проблемы со здоровьем выявляются на ранней стадии, и это позволяет эффективно их преодолевать, не давая перерасти в неизлечимые заболевания. Во многих странах проводят обязательные медицинские осмотры учеников в младшей школе, что крайне рекомендуемо. На этих осмотрах можно обнаружить отклонения от норм слуха, зрения или речи. Родителям надо сконцентрироваться на предотвращении болезней. Помимо вакцинации, минимальные требования для хорошего здоровья – гигиена, кормление, сон и упражнения.

Чистота и гигиена

Чистота – наиболее эффективное средство защиты людей от бактериальных и вирусных инфекций. Инфекция обычно попадает в организм через грязные руки, через прикосновение к более уязвимым органам (глазам, рту, носу, ушам). Регулярное мытье рук снижает этот риск.

Американец Роуз Вайлдер Лэйн (1886–1968) отметил: «Люди осуждают Пророка Мухаммеда за то, что тот был фанатиком, но мне кажется, что он был фанатиком чистоты и гигиены».

Пророк поощрял омовения перед молитвой: «Пятикратная молитва, которой Аллах стирает ваши грехи, подобна тому, как если бы у дома каждого из вас протекала река и он купался бы в ней по пять раз ежедневно» (Муслим).

Мужчины, женщины и статистика

Когда речь идет о гигиене рук в США и Великобритании, женщины чище, чем мужчины.
Исследование, проведенное в Университете штата Мичиган в общественных туалетах в барах, ресторанах и других общественных учреждениях в США, показало, что 15 процентов мужчин не моют руки вообще, по сравнению с 7 процентами женщин. При мытье рук только 50 процентов мужчин использовали мыло, по сравнению с 78 процентами женщин.
Исследование также показало, что только 5 процентов людей, которые моют руки в ванной, моют их достаточно долго, чтобы убить микробы, которые вызывают инфекции.
В целом 33 процента людей не используют мыло и 10 процентов не моют руки вообще.
В Великобритании и Северной Ирландии 99% опрошенных людей на станциях технического обслуживания автодорожных туалетов утверждали, что они моют руки после посещения туалета. Тем не менее, электронные устройства записи показали только 32% мужчин и 64% женщин на самом деле сделали это (BBC 2012).
Единственная лучшая защита против распространения болезни - мыть руки энергично в течение 15-20 секунд с мылом и водой.

Как испанские инквизиторы вычисляли тех, кто внешне принял христианство, но остался в душе мусульманином?

Если человек регулярно мылся, то подозревали, что он лишь прикидывается христианином.
(Ahmad, 1997)

Здоровье: некоторые исламские практики

Пророческие наставления в чистоте включают не только пятикратное омовение, но также мытье рук до и после еды и пользования туалетом.

Возможно, главный вклад мусульман в медицину, – акцентирование поддержания хорошего здоровья и гигиены. Чистая вода и личная гигиена спасли больше жизней, чем все антибиотики вместе взятые. Приверженность чистоте вдохновляется такими высказываниями Пророка, как: «Чистота – другая половина веры» (Тахур и Иман/Муслим), и «Человеческое тело имеет над человеком права» (al-Dahabi, 2004).

Пророк, когда болел, лечился традиционными средствами и иногда устанавливал лечение для других. Он был сильным и здоровым человеком, который преуспел во многих занятиях (включая множество битв и копание рвов перед обороной Медины). Он ежегодно забирался в пещеру Хира, что требовало огромных физических усилий.

Родители должны сделать личную гигиену приоритетом для мальчиков и девочек до полового созревания, и чем раньше, тем лучше. Надо уделять внимание и ритуальной чистоте детей. Дети ответственны за молитвы и пост, как и взрослые, поэтому они должны быть ухожены и содержать свое тело, одежду и окружение в чистоте.

Волосы и ногти

Волосы, растущие под мышками и в лобковой зоне, могут стать источником неприятного запаха. В соединении с темнотой и влажностью волосы – идеальная среда для роста бактерий. Если их удалить, будет меньше риска получить неприятные раздражения, зуд (паховую эпидермофитию) или вшей.

Пророк сказал:

«Пять действий составляют *фитру* (чистое естественное состояние): обрезание, сбривание лобковых волос, удаление волос под мышками, подстригание ногтей и подстригание усов» (Аль-Бухари).

Волосы под мышками и в лобковой зоне можно удалять множеством способов (выдергивание, бритье, стрижка, восковая эпиляция, кремы для депиляции, лазерная технология). Рекомендуется пользоваться дезодорантом, особенно перед занятиями спортом, походами в школу или посещением мечети, чтобы не раздражать других резким запахом пота. Рекомендуются природные дезодоранты, в то время как антиперспиранты очень опасны, и их следует избегать.

Отращивание длинных ногтей и окрашивание их не приветствуются в Исламе. Длинные ногти собирают грязь, способную переносить болезни (особенно во время приготовления пищи). Окрашенные ногти затрудняют совершение ритуального омовения (*wudū'*). Однако допустимо красить кончики пальцев хной, потому что это не нарушает поверхность ногтя. Мужчинам следует использовать природные ароматы, особенно перед походом в мечеть. Женщины могут пользоваться духами дома, если в данный момент нет мужчин, которые не являются *махрам* (теми, с кем женщине запрещено вступать в брак).

Ты очищаешь, чтобы жить, или живешь, чтобы чистить?

- Одна женщина получила прозвище Миссис Чистюля, потому что уделяла излишнее внимание чистоте. Ее дом был стерилен и сверкал. Она устроила настоящий ад для своих детей, запретила им игры и общение с другими, потому что это, по ее мнению, создает беспорядок. Дом был слишком чист для жизни, и даже счастье не могло в нем поселиться. Она принесла в жертву душевный мир, чтобы создать сумасшедшую чистоту.

Детям надо позволять создавать беспорядок, который уберется позже. Любое зацикливание ненормально, даже на чистоте.

- Врач рассказал о пациенте-невротике, содержавшемся в больнице для душевнобольных, который мыл руки с мылом каждый раз, когда пожимал руки другим, включая медработников.
- Детей надо учить мыть руки до и после еды как можно раньше, пока это не войдет в привычку.

Исламские обычаи для здоровья тела и духа:

– Кормление грудью до 2-х лет
- Обрезание мальчиков
- Воздержание от секса в период менструации у женщин.
- Омовение 5 раз в день
- Обязательная (ghusul) ванна после каждого супружеского секса и рекомендуемая ванна по пятницам.
- Мытье рук до и после еды и после похода в туалет
- Уход за зубами с использованием *miswak* (сейчас его с успехом заменяет зубная щетка)
- Сон ночью и работа днем
- Отсутствие секса в течение 40 дней после родов.

Чистота считается «половиной веры». Коран запрещает есть свинину, падаль, кровь и любые опьяняющие вещества. Пост с рассвета до заката один месяц (*sawm*, Рамадан) дает отдых телу и имеет медицинские плюсы. Размышления и молитвы содействуют психологической уравновешенности.

Обрезание для мужчин уменьшает на 50% риск ряда заболеваний, передающихся половым путем.

Необходимо помнить о следующих правилах исламской медицины:
- Разрешаются переливания крови
- приоритетным является сохранение жизни
- Эвтаназия не разрешена.

- Не разрешается вскрытие (если только этого не требуют закон или общественное благо)
- Не одобряется искусственное поддержание жизни у пациента в коме в течение длительного срока.
- Не разрешены аборты (исключая случаи спасения жизни матери)
- Искусственное оплодотворение разрешено только для супругов
- Запрещен гомосексуализм
- Генная инженерия допускается для лечения заболеваний, но вопрос о допустимости клонирования открыт
– Поощряется донорство органов.

Питание

Самый важный период питания в жизни человека – первые 1000 дней (The Economist, март 26, 2011).

Хорошее питание необходимо для здоровья ребенка. Не вся еда питательна; еда – то, что мы любим, а пища – то, что мы должны есть. В первые два года матери должны по возможности кормить детей грудью для их физического, эмоционального, умственного и психологического развития. Перед и после отлучения от груди необходима сбалансированная диета.

Дневной прием пищи включает как молочные продукты, крупы, овощи и фрукты, так и мясо для получения необходимых для роста ребенка витаминов и минералов. Фрукты и овощи нужно мыть, потому что на них есть бактерии, химические вещества и грязь.

Коран называет все необходимые источники полноценного питания *azkā ṭa'āman.* Они включают разные типы мяса (говядина, верблюжатина, ягнятина и баранина, козлятина, птица), рыбу и морепродукты, крупы (пшеница), бобовые (бобы и чечевица), орехи, фрукты и овощи (виноград, фиги, оливки, гранаты, финики, лук, чеснок и огурцы), молоко и мед. Мед описан как лечебная для людей субстанция. Детям надо давать мед регулярно после одного года.

Переедание

Хотя нужно получать все типы пищи, следует избегать переедания.

> *О сыны Адама! Облекайтесь в свои украшения при каждой мечети. Ешьте и пейте, но не будьте расточительны, ибо Он не любит расточительных (7:31).*

Следите за тем, что вкладываете в свое прекрасное тело. Помните – то, что вы едите, отражается на вас. Учитесь «есть, чтобы жить, а не жить, чтобы есть».

Родители должны давать детям чистую, но не химическую воду. Есть ошибочное мнение, что толстый ребенок – это здоровый ребенок; это в корне не верно, однако, в отличие от взрослых, некоторое количество жира в детской диете не повредит.

Проблемы ожирения в США и Великобритании
Мы нация, которая ест глазами, а не нашими желудками. Чем больше мы видим еду, тем больше мы едим.
(д-р Санджай Гупта, CNN, 2008)

Родители: У вас есть шанс, чтобы поместить здоровую пищу вокруг ваших детей в соответствующих местах дома!
Более одной трети (35 процентов или 78,6 миллиона) взрослых в США страдают ожирением: 36 процентов женщин и 33,5 процента мужчин. Более двух третей взрослого населения (68,5 процента) имеют избыточный вес или страдают ожирением: 66 процентов женщин и 71 процентов мужчин. Примерно 17 процентов детей (в возрасте от двух до 19) страдают ожирением, а 32 процента имеют избыточный вес или страдают ожирением. Более чем один из десяти детей становится ожиревшим уже в возрасте от 2 до 5 (Статистика на 2011-2012 годы; CDC(Центр по контролю и профилактике заболеваний) и FRAC). Количество больных ожирением возросло вдвое по сравнению с 1970-х годов. «Избыточный вес» – это 20 или более процентов выше своего идеального веса тела. Соединенное Королевство Великобритании имеет самый высокий уровень ожирения в Западной Европе, увеличившийся более чем в три раза за последние 30 лет. В Англии 2011 статистические данные свидетельствуют о том, что 25 процентов взрослого населения страдают ожирением, и 62 процента имеют избыточный вес или страдают ожирением. С разбивкой по полу, 24 процентов мужчин и 26 процентов женщин страдают ожирением, а 65 процентов мужчин и 59 процентов женщин имеют избыточный вес или страдают ожирением. Около трех из 10 мальчиков и девочек (в возрасте от двух до 15) имеют избыточный вес или страдают ожирением, и более 16% страдают ожирением (NHS (Национальная служба здравоохранения) 2013).
Ожирение среди детей растет более быстрыми темпами, чем у взрослых. По данным CDC (Центр по контролю и профилактике заболеваний), детское увеличилось более чем в два раза у детей и в четыре раза у подростков в течение последних 30 лет при малоподвижном образе жизни США. А с обилием пищи и питья неправильные типы продуктов питания и напитков являются основными причинами ожирения.

Необходимо употреблять качественную и сбалансированную пищу: ребенок может быть тучным, но страдать от недоедания. Родители могут сделать многое, чтобы сформировать у детей здоровые привычки в еде.

Ребенок, который отказывался говорить «Хвала Аллаху!»

Гость в нашем доме сказал своему семилетнему сыну, когда тот съел на завтрак 4 яйца, 2 куска хлеба и приготовленный на гриле сэндвич: «Сын, скажи «*Альхамдулиллах*», отмечая конец еды». Сын ответил: «Но отец, я все еще голоден! Я не закончил! Я еще не хочу благодарить Бога!» Хозяин осознал, почему не может поднять ребенка на руки. Ребенок был толстый.

Родители должны знать о вреде переедания, *Tukhmah* (обжорства).

> Пророк сказал:
> «Сын Адама не наполнял сосуда хуже, чем желудок. Человеку для существования необходимо совсем немного пищи. Наполняйте же одну треть желудка едой, вторую – водой, а оставшуюся часть – воздухом» (Ахмад,аль-Тирмизи и др.).

Исследование датских ученых показало, что тинэйджеры в США –самые тучные из 15 развитых наций. Почти треть детей в США едят фастфуд каждый день. Распространенное в мире плохое питание становится главным фактором смерти миллионов детей и оставляет еще миллионы искалеченными, уязвимыми перед заболеваниями и интеллектуально неразвитыми. Чтобы сформировать правильные привычки в еде, легче не запрещать, а просто устранить вредную еду. Когда переедают мальчики, это видно по их животу, а у девочек – по бедрам, ягодицам и груди.

Человек копает собственную могилу своими же зубами!

Взгляды имама аль-Газали на привычки в еде

Имам Аль-Газали (1058–1111), один из величайших реформаторов в мусульманской истории, говорил:

1. Мусульманин не должен заходить первым в трапезную, глазеть на разные блюда и других людей, когда те едят. Он должен хорошо прожевывать еду и избегать вытирать рот руками и одеждой.
2. Отвращение к обжорству должно установиться в детском мозгу; ребенок должен ограничиваться небольшими, но достаточными порциями пищи.
3. Ребенка надо учить отдавать еду другим и насыщаться доступным. Его следует ругать за пристрастие к вкусной еде, питью и красивой одежде.
4. Перекармливание детей может быть фактором, влияющим на тучность во взрослом возрасте, а тучность может вызвать «болезнь изобилия».

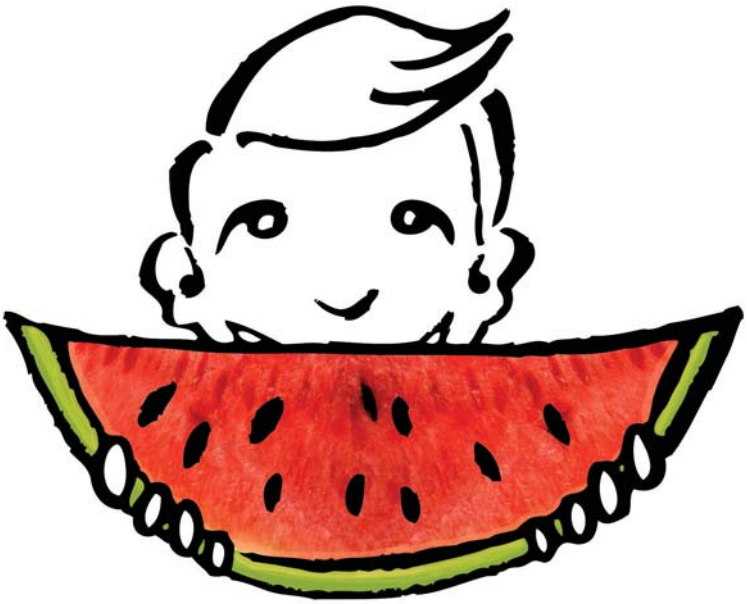
Факты о детях и питании

Время беременности: чтобы дать ребенку правильные установки, представляйте его едящим каждый раз, когда вы во время беременности принимаете пищу. Первые 4–6 недель беременности, когда вы можете и не знать, что беременны, – критическое время для развития плода. Будущие матери должны получать 400 микрограмм фолиевой кислоты, необходимой для мозга плода и формирования спинного мозга. Этим может быть предотвращено от 50 до 70% дефектов нервной системы. Увеличение веса килограмм на десять во время беременности нормально (Sutherland and Stoever, 1997).

Между рождением и пред-подростковым возрастом: Быстрый рост в первый год жизни уменьшается ко второму году вместе с аппетитом. Дети обычно набирают только 3–3,5 кг за второй год, и может показаться, что они больше не интересуются едой. Дети едят то, что им нужно, если им всегда предлагать здоровую пищу. Многие ходунки в США находятся на диете со слабым содержанием жиров и неправильно питаются, несмотря на знающих родителей. Не следует контролировать потребление жиров у детей до 2 лет. Жиры дают энергию и жирные кислоты для здоровой кожи, помогают телу впитывать витамины А, Д, Е и К. Когда ребенок готов к коровьему молоку, используйте цельное молоко, а не 2% жирности – хотя бы до двух лет

Употребление здоровой сбалансированной диеты важно. Типичная диета в США превышает рекомендуемые уровни потребления или ограничения в четырех областях: калорий из твердых жиров и добавленного сахара, очищенного зерна, натрия и насыщенных жиров. В то же время, потребляется меньше рекомендованного количества овощей, фруктов, цельного зерна, молочных продуктов и масел (Совет президента по фитнесу, спорту и питанию). Правильное питание способствует оптимальному росту и развитию детей. Это предотвращает высокий уровень холестерина и высокое кровяное давление и помогает снизить риск развития хронических заболеваний, таких как сердечно-сосудистые заболевания, рак и диабет, а также снизить риск развития ожирения, остеопороза, дефицит железа и зубного кариеса (CDC(Центр по контролю и профилактике заболеваний)).

Подростки: Хотя многие дети знают основные правила здоровья, они не всегда им следуют. Здоровая пища, которую будут есть подростки, иногда становится предметом для разногласий. В 8 лет ребенок ест то, что стоит на столе, но в 14 он может отказываться от пищи, которую ел месяц назад. Одно из возможных решений – включать детей в планирование меню и приготовление пищи и не делать проблему из их при-



страстий. Обеденное время должно стать моментом обмена новостями, а не слежкой «кто сколько съел». Подростки растут быстрее, чем когда-либо, не считая первый год жизни. Девочкам нужно 2 000–2 500 калорий в день, чтобы поддержать свой рост, мальчикам – 3 000–4000 калорий, а более активным детям – еще больше. Повышенные потребности в питании настигают в 15 лет девочек и в 19 – юношей. Девушкам до 25 лет дополнительно нужен кальций, – он делает крепче их растущие кости и поможет защититься от остеопороза. Важно, чтобы дети не пропускали приемы пищи: это может привести к потере важных питательных веществ. Маленькие «перекусы» в течение дня лучше, чем полный пропуск обеда или привычка наедаться на ночь.

Для любого возраста нежелательно обилие еды на одной тарелке.

Часто задаваемые вопросы

Многие дети вполне неплохо едят, несмотря на беспорядочные пристрастия в питании. Они получают от еды то, что нужно, примерно от четверти до трети порции взрослого – удобно считать так: одна столовая ложка соответствует каждому году жизни младенца. Дети будут есть только то, что им нравится на вкус.

Ниже приведены некоторые полезные секреты, как накормить детей здоровой пищей (Underwood and Kuchment, 2008).

1. Надо ли давать детям выбирать еду?

Родители должны предложить ребенку определенное разнообразие продуктов и позволить выбрать то, что малыш хочет. Но не стоит ограничиваться только той едой, которая нравится детям. Включите в прием пищи хотя бы один продукт, который детям нравится, – даже если это хлеб или фрукты. Дефицит витаминов – редко явление среди детей, поэтому чаще всего дополнительная поддержка им не нужна.

2. Нужно ли становиться вегетарианцем?

Одно из правил здорового питания – сбалансированная диета из мяса и овощей. Бог создал всю эту прекрасную питательную еду для нужд человека. Чем больше продуктов будет исключено из рациона детей, тем больше риск недостатка питательных веществ. Без мяса, птицы и рыбы детям будет сложнее получить достаточно железа. Люди получают только 3–8% необходимого им железа из овощей и круп и 20% – из мяса. Включение в рацион хорошего источника витамина С (апельсины, помидоры) поможет впитать больше железа. Вегетарианская диета может быть низкой по жирам и калориям, что нарушит сбалансированное детское питание.

3. Ребенок ненавидит молоко. Как помочь ему получать достаточно кальция?

Детям школьного возраста и подросткам необходимо определенное количество кальция для роста и укрепления костей. Молоко – лучший источник кальция, и если дети отказываются пить его в чистом виде, можно предложить им молочные блюда – кремы, пудинги, соусы. Другие богатые кальцием продукты – йогурт, сыр и мороженое. Шоколадное молоко содержит больше сахара, чем обычное, но тоже является неплохим источником кальция.

4. Можно ли ребенку перекусывать между основными приемами пищи?

Да, детям нужны промежуточные перекусы: они не могут съесть много за один раз, потому что у них маленький желудок, но им требуется много энергии. Малышам надо получать питание каждые 2–3 часа. Перекусы также помогают детям получить те вещества и микроэлементы, которые они «пропустили» в обед.

Важно правильно распределить время перекусов. Если дети завтракают в 7 часов, не стоит предлагать им перекусить до 9–10, даже если они проголодаются. Бывает, что какое-либо расписание сложно соблюдать, особенно если ребенок ест очень мало и родители рады покормить их при любой возможности. Дети, которые имеют неограниченный доступ к еде, съедают вдвое больше, чем те, кто питается по режиму.

Промежуточные перекусы должны выглядеть как маленькие полноценные приемы пищи: фрукты и овощи, немного протеинов, немного крахмала и жиров. Хорошим перекусом могут стать печенье и молоко, яблоки и арахисовое масло, крекеры, сыр и свежевыжатый фруктовый сок.

5. Не все дети любят овощи и фрукты

В среднем американские дети едят около 1,5 ложек измельченных фруктов и 2,5 ложки овощей в день. Действительно, не всем детям нравится вкус одних и тех же фруктов и овощей, но важно их предлагать, чтобы малыши получали разнообразные витамины. Чтобы приучить детей к этой пище, можно:

- Смешать молоко и фрукты и сделать смузи;
- Предложить сушеные фрукты или запеченные в печенье или маффинах;
- готовить овощные супы и запеканки;

Важно избегать «взяток»: если за употребление не нравящихся продуктов пообещать ребенку лакомый десерт, ребенок, скорее всего, съест предлагаемое, но с отвращением. В глазах ребенка если родители придумывают награду за еду, значит, вкус у нее так себе.

- Родителям следует настаивать на том, чтобы все на тарелке было съедено, а если дети съедят нелюбимые ими овощи или брюссельскую капусту, то могут получить молоко и печение (для кальция).

Из практики одной мамы.
Кода я была ребенком, мы должны были без разговоров съедать то, что нам кладут на тарелку. Если я отказывалась от жирного мяса, моя мать :
- читала мне лекцию о военном и послевоенном времени,
- рассказывала о голодающих миллионах в других странах,
- подавала эту же еду на следующий прием пищи.
Если мы были голодны между приемами пищи, мы могли получить только черный хлеб и маргарин. И все! Не у всех есть деньги, чтобы разбрасываться ими.
Сильвия Хант, Британия

6. Какую пищу, богатую клетчаткой, вы посоветуете?

Родители должны кормить детей фруктами, овощами, зерновым хлебом, рисом и макаронами. Наиболее богаты клетчаткой яблоки, инжир, апельсины, груши, клубника, картофель, бобы, чечевица, цельная пшеница, хлеб из ржаной муки грубого помола, бублики, коричневый рис, отруби, злаки. Клетчатка помогает предотвратить рак и помогает не переедать, позволяет жирам и калориям всасываться в кишечнике, сохраняет в организме воду и дает ощущение сытости.

7. Стоит ли тратить утреннее время на завтрак?

Обязательно нужно, чтобы семья позавтракала, даже если для этого надо встать на 15 минут раньше. Дети, пропустившие завтрак, хуже концентрируются в школе и в играх. Завтрак дает толчок деятельности тела и мозга.

8. Девочки хотят быть худыми.

Исследования показывают, что 78% американских девочек-подростков хотят быть стройнее и весить меньше. Некоторые избегают есть мясо и потому нуждаются в альтернативных источниках протеинов (бобы, чечевица, горох, груши, молоко, сыр, яйца и орехи). Если дочь проходит через период полового созревания, важно объяснить, что ей для энергии роста необходим подкожный слой жира. Если она категорически настроена голодать, следует обратиться к семейному врачу или диетологу, чтобы обсудить ее привычки в еде.

9. Иногда по вечерам единственная еда – фаст фуд.

Родителям надо предельно ограничить употребление детьми газировки, жареного во фритюре и гамбургеров. Предложите вместо них курицу на гриле, салат, обезжиренное молоко и йогурт, пиццу с курицей или тунцом и овощи.

10. Ваш ребенок слишком придирчив в еде?

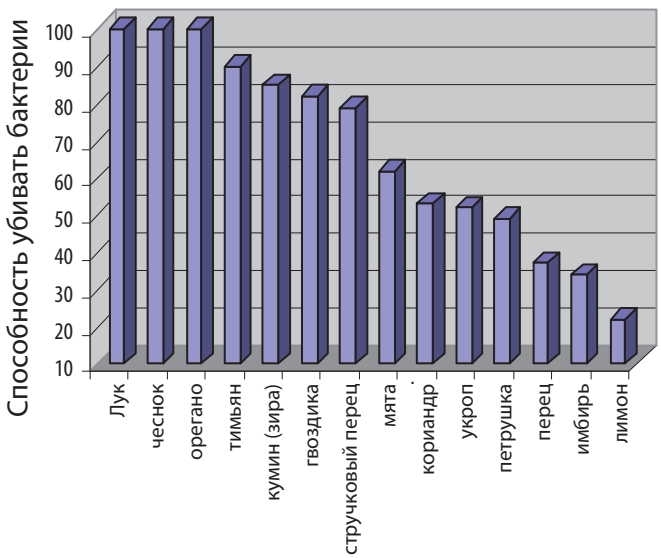
Воспитатели могут неадекватно классифицировать детей в возрасте от двух до пяти лет, как «придирчивых едоков», когда на самом деле это нормальное поведение. Ребенку возможно понадобится предложить новую еду по крайней мере 10 раз, прежде чем он / она попробуют ее. Семейные приемы пищи вместе имеют важное значение. Маленькие дети подражают поведению своих родителей, а также значительно учатся из разговоров о еде. Тем не менее, опрос Harris Interactive показало, что в США только 26 процентов семей с детьми собирались по вечерам для семейных обедов. (Этот показатель составил 36 процентов для тех, у кого нет детей) В Великобритании The Telegraph (2013) сообщил, что исследование показало, более двадцати процентов семей садятся за обед вместе только один или два раза в неделю, и 40 процентов семей обедают вместе три раза в неделю. Кроме того, более одной из пяти семей принимает еду, сидя перед телевизором. Между 20-30 процентами детей и подростков пропускают завтрак в развитых странах мира (Deshmukh-Taskar и др, 2010; Corder и др. 2011 цитируется по Frontiers in Human Neuroscience 2013 г.) В возрасте до трех лет, знакомство является самым важным фактором в определении того, какие продукты питания ребенок будет есть. В то время как почти 92 процентов американской молодежи в возрасте 2-19 потребляют овощи каждый день (Национальный центр статистики здоровья 2014) только в виде картофеля фри. Томатные продукты, в том числе сальса и соус для спагетти, также популярны среди детей. Предпочтения детей старшего возраста зависят от сверстников. В США и Великобритании между исследованиями в 1977-1978 и 2007-2008 гг. доля детей доподросткового возраста, которые не пьют молоко в заданный день, увеличилась с 12 до 24 процентов, в то время как доля тех, которые пили молоко три и более раз в день, снизилась с 31 процентов до 18 процентов. Доля подростков и взрослых, которые не пьют молоко, также возросла с 41 до 54 процентов, а доля тех, которые пили молоко три раза или более, сократилось с 13 до 4 процентов (Министерство сельского хозяйства США 2013). В Великобритании потребление молока было в 2013 году почти на 14 процентов ниже, чем в 2002/3 (Министерство окружающей среды, продовольствия и сельского хозяйства, Исследование семейного питания 2013 цитируется по отчету Совета по развитию сельского хозяйства и садоводства, 2015). В то время как потребление молока снизилось, потребление сладких напитков увеличилось. С 1989 по 2008 год доля детей, потребляющих сладкие напитки в США увеличилась с 79 процентов до 91 процентов (Lasater G., Piernas C. и Popkin B.M. цит. Гарвардской школой здравоохранения). Статистика с 1999 по 2008 год показывают, что в то время как потребление газировки снизилось, потребление спорт / энергетических напитков возросло в три раза среди подростков (Journal of the Academy of Nutrition and Academics 2013 г.). Тем не менее, газировка остается наиболее потребляемым напитком на основе сахара. Потребление сладких напитков способствует распространенности ожирения. Типичный бутылочка соды (20 унций содержит от 15 до 18 чайных ложек сахара и свыше 240 калорий. 64-унции колы могут иметь до 700 калорий (Гарвардская школа здравоохранения). Сладкие напитки, которые по мнению диетологов Великобритании не должны быть в рационе ребенка, как выясняется, больше всего добавляют сахаров в рацион 4-10-летних. Они потребляют 30 процентов от безалкогольных напитков и фруктовых соков, 29 процентов в основном из печенья, тортов и сухих завтраков, 22 процента из сладостей, шоколада, сахара, варенья и других сладких продуктов и 12 процентов из йогуртов, творога, мороженого и других молочных десертов. 12% от 3-летних пострадали от кариеса в 2013 г. и 28% детей страдают от кариеса к тому времени, как им исполняется 5 (Здравоохранение Англии 2015).

Никогда не работайте перед завтраком. Если вы должны работать рано утром, сначала позавтракайте!

11. Полезны ли специи для здоровья?

Исследование, проведенное в Корнуэльском университете, показало, что специи убивают 30 разных бактерий, которые портят еду (Шерман и Биллинг, 1998).

Антисептические способности пряностей убивать 30 видов бактерий, которые портят пищу



12. Ученые меняют свое мнение, а что делать нам?

Ученые говорят: «Забудьте все, что знали о яйцах, маргарине и соли!» Расхожая мудрость выворачивается на 180 градусов, как будто все сошли с ума. Почти каждую неделю какой-нибудь эксперт представляет новый отчет, в котором говорится о новой еде или витамине или о действии и состоянии, способном разрушить или поддержать здоровье вашего сердца и сосудов, и новые советы противоречат старым (Lemonick, 1999).

Следуйте Корану и Пророку в их рекомендациях о еде и питании. Привычка к правильному питанию, как и другие благие для здоровья привычки, закладывается с детства на всю жизнь. Ешьте умеренное количество пищи из разных продуктов.

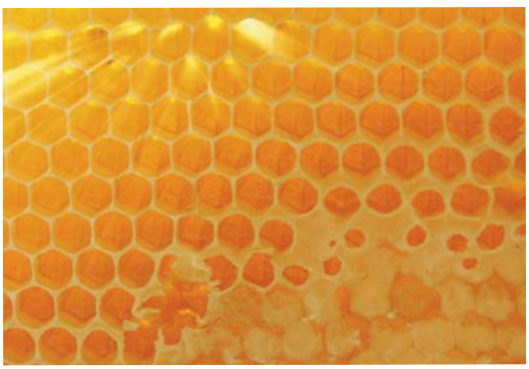
Предписания Корана, связанные с едой

О те, которые уверовали! Не запрещайте блага, которые Аллах сделал дозволенными для вас, и не преступайте границы дозволенного. Воистину, Аллах не любит преступников.
Ешьте из того, чем Аллах наделил вас, дозволенное и благое, и бойтесь Аллаха, в Которого вы веруете (5:87-88).

О сыны Адама! Облекайтесь в свои украшения при каждой мечети. Ешьте и пейте, но не будьте расточительны, ибо Он не любит расточительных (7:31).

Скажи: «Кто запретил украшения Аллаха, которые Он даровал Своим рабам, и прекрасный удел?». Скажи: «В мирской жизни они предназначены для тех, кто уверовал, а в День воскресения они будут предназначены исключительно для них». Так Мы разъясняем знамения людям знающим (7:32).

А потом питайся всевозможными плодами и следуй по путям твоего Господа, которые доступны тебе». Из брюшков пчел исходит питье разных цветов, которое приносит людям исцеление. Воистину, в этом – знамение для людей размышляющих (16:69).



…Пошлите одного из вас в город с вашими серебряными монетами. Пусть он посмотрит, какая еда получше, и принесет вам ее поесть. Но пусть он будет осторожен, чтобы никто не догадался о вас (18:19).

Итак:

- старайтесь употреблять все виды продуктов понемногу.
- Быть вегетарианцем можно, только обладая знанием. Включайте в свой рацион достаточное количество мяса.
- Избегайте свинины, крови, падали, алкоголя, наркотиков и курения: они нечисты и вредны.
- Не переедайте. Выходите из-за стола с чувством легкого голода.
- Включайте в ежедневный рацион мед. В нем есть лечебные вещества.
- Используйте оливковое масло: оно обеспечивает организм здоровым холестерином.
- Избегайте любых продуктов, содержащих химические добавки и пестициды.

Странные предписания педиатров

Когда отец открыл конверт с предписаниями для ребенка, он нашел чек на 10 долларов и записку от педиатра: «Купите хороший обед для ребенка, ваша девочка недоедает». Этот пример показывает, что родители часто игнорируют главное, что нужно для роста и здоровья ребенка. Наше суетливое общество, постоянная спешка заставляют взрослых забывать о потребностях детей в питательной еде. Родители должны удовлетворять важные нужды детей в течение первых лет жизни, иначе будет слишком поздно. Физические и эмоциональные нужды малышей имеют ключевое значение.

Дети и физические упражнения

Отпусти его (Иосифа) завтра с нами, пусть он насладится и поиграет, а мы будем оберегать его (12:12).

«Вернись!» «Перестань носиться вокруг дома!», «Я говорил не играть в доме с мячом!» – родители часто твердят это своим детям. ОНИ НЕ ПРАВЫ. Им бы следовало говорить противоположное: «Пойди поиграй в баскетбол», «Иди играй в футбол с друзьями», «Бегай!», «Отправляйся на прогулку».

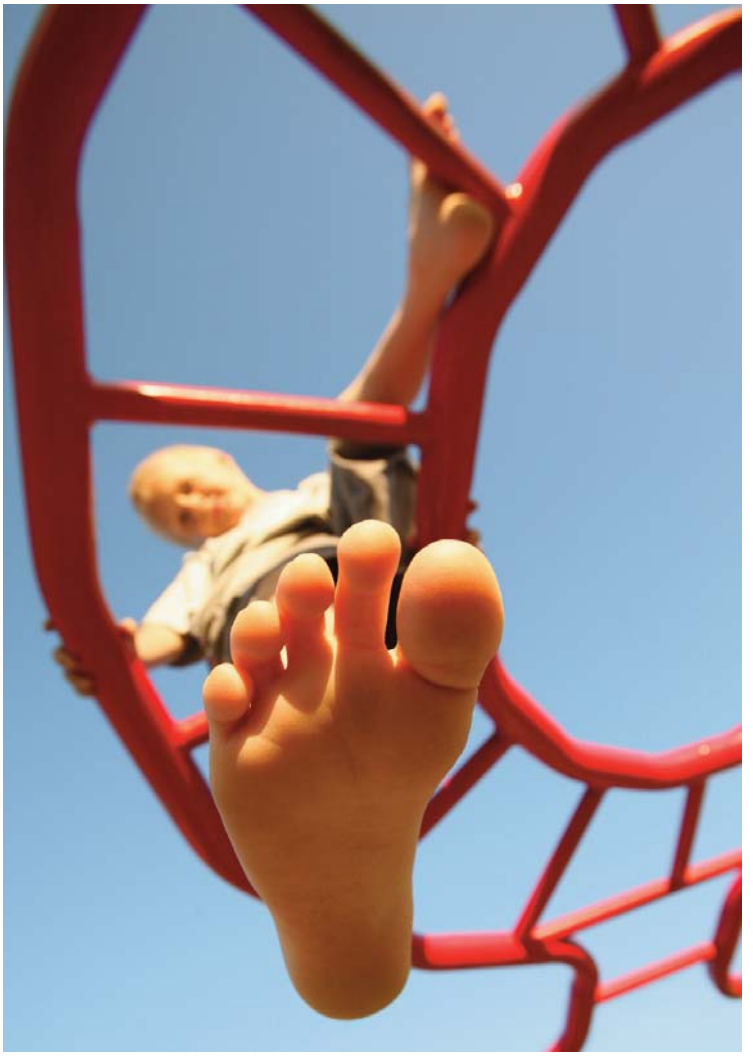
Почему физические упражнения важны для ребенка?

Физическая активность напрямую связана с повышением средней продолжительности жизни и снижением риска сердечно-сосудистых заболеваний. Она имеет множество физиологических, психологических и социальных плюсов. Неактивные дети станут пассивными взрослыми. Физическая активность помогает:
- контролировать вес
- уменьшать кровяное давление
- нормализовать уровень холестерина
-уменьшить риск диабета и некоторых типов рака
-улучшить психологическое состояние (включая повышение самооценки и уверенности в себе)
- научить командному духу
Американская ассоциация сердца

Около 21% детей 6–17 лет в США страдают от ожирения. Переедание в детстве превращает их в тучных взрослых. Обжорство повышает риск диабета, сердечных заболеваний, инсульта, рака и других хронических болезней. Лучший способ победить ожирение и прочие заболевания – упражнения, начиная с детства. Они дают силу, ловкость и выносливость. Для детей упражнения значат постоянную игру и активность. Активный ребенок будет иметь более сильные мускулы и крепкие кости, гибкое тело и здоровый взгляд на жизнь. Пассивные дети более подвержены болезням, ожирению и имеют повышенный уровень холестерина. Упражнения помогают детям лучше спать и делают их способными выдержать дневные физические и эмоциональные нагрузки (вроде пробежки за автобусом по утрам, наклонов при завязывании ботинка или подготовки к экзамену). Физическая пассивность в детстве чаще всего приводит к физической неактивности у взрослых (Центр контроля болезней и их предотвращения США).

Дети и обувь

В интервью газете «Guardian» эксперт по фитнесу Сэм Мерфи рассказывал о пользе для детей хождения босиком: неудобная обувь может повредить развитию позвоночника. Трейси Бирн (педиатр, специализирующийся на проблемах стопы) отмечает, что хождение босиком развивает мускулы и связки ступни, увеличивает упругость свода стопы, помогает сформировать хорошую осанку и подтверждает детскую уверенность в связи с окружающим миром.



Мода в обуви – не главное. Более того – модная обувь может быть опасна для ног. Исследование педиатрического журнала «The Foot» в 2007 году показало, что некоторые детские туфли слишком жестки, не имеют гибкой подошвы, необходимой для физической активности, что ведет к зажатости в движениях. Ступни сильно травмируются плохо сидящими или неправильно сделанными ботинками. Это опасно: нога вынуждена подстраиваться под форму обуви, а не чувствует себя естественно и свободно.

При выборе обуви родители должны поставить на первое место ее эргономичность, а не моду и привлекательность, и дать детям возможность почаще ходить босиком (например, в домашней обстановке и на прилегающей к дому территории) (Murphy, 2010).

Способы поддержать детскую активность

Родители могут сделать многое, чтобы помочь детям привыкнуть к упражнениям. Ниже мы предлагаем некоторые способы:

- Уменьшите время, отведенное на просмотр телевизора и компьютерные игры. Многие дети из соображений безопасности в отсутствие родителей остаются дома, смотрят телевизор и делают домашнее задание; в идеале же ребенок после школы должен проводить время активно, а подготовкой к следующему школьному дню заниматься вечером.

- Предлагайте детям участие в активных занятиях, подходящих их возрасту. Дети до 2-х лет вообще не должны смотреть телевизор (Американская Академия педиатрии).

- Учите детей тому, что физическая активность – это весело, разнообразьте их спортивные игры. Если дети получат удовольствие от упражнений, они захотят их повторить.

- Не используйте физические занятия как наказание. Учитель поступает неправильно, если за какой-либо проступок заставляет ученика, например, пробежать пять кругов.

- Родители – пример для подражания и должны сами регулярно заниматься. Пользуйтесь лестницами вместо лифта, ходите пешком там, где можно обойтись без автомашины, пробегайте небольшие расстояния вместо неспешного шага.

- Включайте в занятия всю семью. Родители не должны сидеть на диване, а детям говорить: «Идите гулять».

- Сочетание регулярной физической активности и здоровой диеты – это ключ к здоровому образу жизни.

- Поощряйте веселые активные занятия, которые развивают силу, гибкость и выносливость. Можно формировать силу с помощью спортивных стенок, стоек на руках или реслинга с папой. Воодушевляйте ребенка на соревнования по накачиванию пресса, подтягиваниям и отжиманиям.

- Учите детей аэробным упражнениям. Сердце бьется быстрее и укрепляется, человек дышит глубже, тело получает дополнительный кислород. Такими упражнениями могут стать баскетбол, волейбол, велоспорт, катание на коньках, футбол, плавание, теннис, прогулки, бег трусцой и быстрый бег.

Рекомендованное расписание упражнений

Для развития ребенка полезно учесть расписание упражнений в зависимости от возраста. Национальная ассоциация спорта и физического образования (NASPE) рекомендует:

Возраст	Минимальная ежедневная активность	Комментарии
Младенец	Нет специальных рекомендаций	Физическая активность должна стимулировать развитие моторики на должном уровне
Ходунок	1,5 часа	30 минут запланированных упражнений и 60 минут свободной игры
Дошкольник	2 часа	60 минут запланированной физической активности И 60 минут свободной игры
Школьник	1 час или больше	Несколько отдельных сессий по 15 минут и более

Американская ассоциация сердца рекомендует:

- Все дети в возрасте от двух лет и старше должны участвовать по крайней мере, в 60 минутной приятной, разнообразной активности умеренной интенсивности каждый день, которая соответствует их развитию.
- Если ребенок не имеет полный 60-минутный перерыв каждый день, стоит попробовать два 30-минутных или четыре 15-минутных периода активной деятельности.

Пророк Мухаммед сказал: «Сильный верующий лучше и любимее Аллахом, чем слабый, хотя в каждом из них – благо» (Муслим) – (слово *qawy* в хадисах относится и к силе веры, и к силе тела).

Правило «используй или потеряй» относится к связкам тела, сердечным мускулам и к клеткам головного мозга: физические нагрузки обязательны для развития ребенка. Но достижение физического здоровья – это полдела, надо еще его поддерживать и сохранять. Физические нагрузки оказывают позитивное влияние на наш уровень энергии, умственный настрой и духовные стремления. Если вы бегаете по понедельникам и у вас не получается совершить следующую пробежку до пятницы, не пытайтесь увеличить дистанцию в пятницу, чтобы компенсировать нагрузки. Не перетруждайте себя. Продолжайте бегать и тренируйтесь в зале или на улице при любой возможности.

Даже новорожденные нуждаются в упражнениях между кормлениями и сном. Для малышей до года мы рекомендуем следующие упражнения: вы можете положить их на спину, сделать их ножками «велосипед», перевернуть на живот, чтобы они подняли головку, положить их на полотенце на полу и предложить дотянуться до игрушки.

Сон

Для детей естественно спать столько, сколько требуется организму для восстановления сил и накапливания энергии. Обычно привычки сна, заложенные в детстве, сохраняются надолго. Совет по улучшению сна в США отметил, что, по мнению двух третей опрошенных, недостаток сна сказывается на работе 26% мужчин и 13% женщин. Наш организм устроен так, что в ночное время основные процессы жизнедеятельности замедляются, но при необходимости наш ночной отдых приходится регулировать: например, в Северной Европе ночи очень коротки летом и очень длинны зимой.

Мы сотворили вас парами,

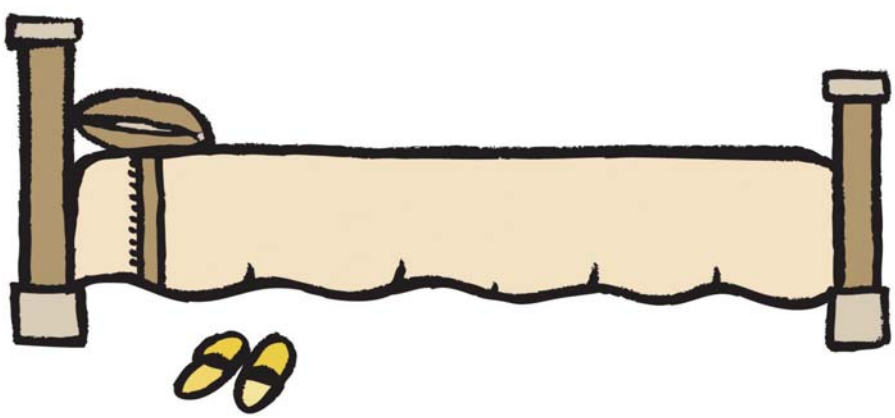
и сделали ваш сон отдыхом,

и сделали ночь покрывалом,

и сделали день жалованием (78:8-11).

Дневной отдых не может полностью заменить ночной сон. Достаточная продолжительность сна способствует здоровью и уменьшает риск развития болезней. Некоторые мусульмане практикуют в Рамадан спать днем и бодрствовать всю ночь. Поменять день с ночью – не в этом суть поста! Это нарушает естественный ритм нашего организма.

С закатом солнца чувствительный механизм в мозгу посылает разным частям тела сигналы о расслаблении и приготовлении ко сну. С приближением к ночи мы начинаем зевать, веки тяжелеют, движения замедляются. Мы засыпаем, и мозг отключается от внешних раздражителей. Сон контролирует выработку гормонов мелатонина и серотонина, для образования которых требуется темнота. Искусственная «смена» дня и ночи сбивает «биологические часы» и лишает нас чувства свежести, энергичности и бодрости; нарушение сна приводит к тому, что нужды нашего тела и мозга не восполняются, умственные возможности и способности уменьшаются, физические рефлексы и реакции замедляются. В таком состоянии опасно и ходить, и водить, потому что притупляется бдительность. Ослабленная чувствительность приводит к ошибкам, неэффективной работе и несчастным случаям. Недостаток сна накапливается, наш



мозг хранит память о часах, которые мы не доспали и должны возместить качественным сном.

Большинство ученых рекомендуют для удовлетворительной умственной и физической активности от семи до девяти часов ночного сна. Чем меньше мы спим, тем менее мы продуктивны и энергичны. Недостаток сна имеет результатом раздражительность, снижаются когнитивные способности.

Рано ложись и рано вставай, и ты будешь здоровым, успешным и мудрым.
Бенджамин Франклин

Как предотвратить употребление алкоголя и наркотиков

И родители, и дети должны избегать отравляющих веществ, включая табак, убийственных для спермы будущих отцов и беременных женщин.

Лучше однажды предотвратить, чем потом долго лечить.
Сигарета - это щепотка табака, завернутая в бумагу, с огнем на одном конце и дураком на другом.

Алкоголизм и наркозависимость требуют медицинского и психологического лечения. Надеемся, что следующие советы помогут этого избежать. Большие проблемы не всегда вызваны колоссальными ошибками, они могут быть результатом соединения нескольких незначительных факторов. Если родителям удастся создать в доме счастливую и любящую атмосферу, у детей будет меньше желания искать удовлетворения за пределами дома.

Алкоголизм и прием наркотиков могут нанести сильный вред клеткам мозга, репродуктивной, кровеносной и дыхательной системам организма. Наркотики являются причиной физической агрессии, искаженного восприятия реальности, недостатка мотивации.

Дети и соблазны

Наркотики детям могут предложить их друзья и случайные знакомые, и порой требуется большое мужество и твердость, чтобы отказаться от соблазна и сохранить свободу. Подростковые годы - наиболее опасные в этом отношении. Важно знать и понимать последствия приема наркотиков. Попробуйте «проиграть» возможные ситуации с детьми, чтобы они знали, как вести себя, если усилится соблазн или давление сверстников.

Каждый второй в Америке употребляет алкоголь или пробовал наркотики. Разговоры об опасности не остановят людей от алкоголя или курения – по иронии судьбы, просмотр страшных фильмов об убийственном влиянии сигарет на легкие может заставить курильщика побежать за сигаретой. Надо обсуждать с подростками давление среды и то, как ему противостоять.

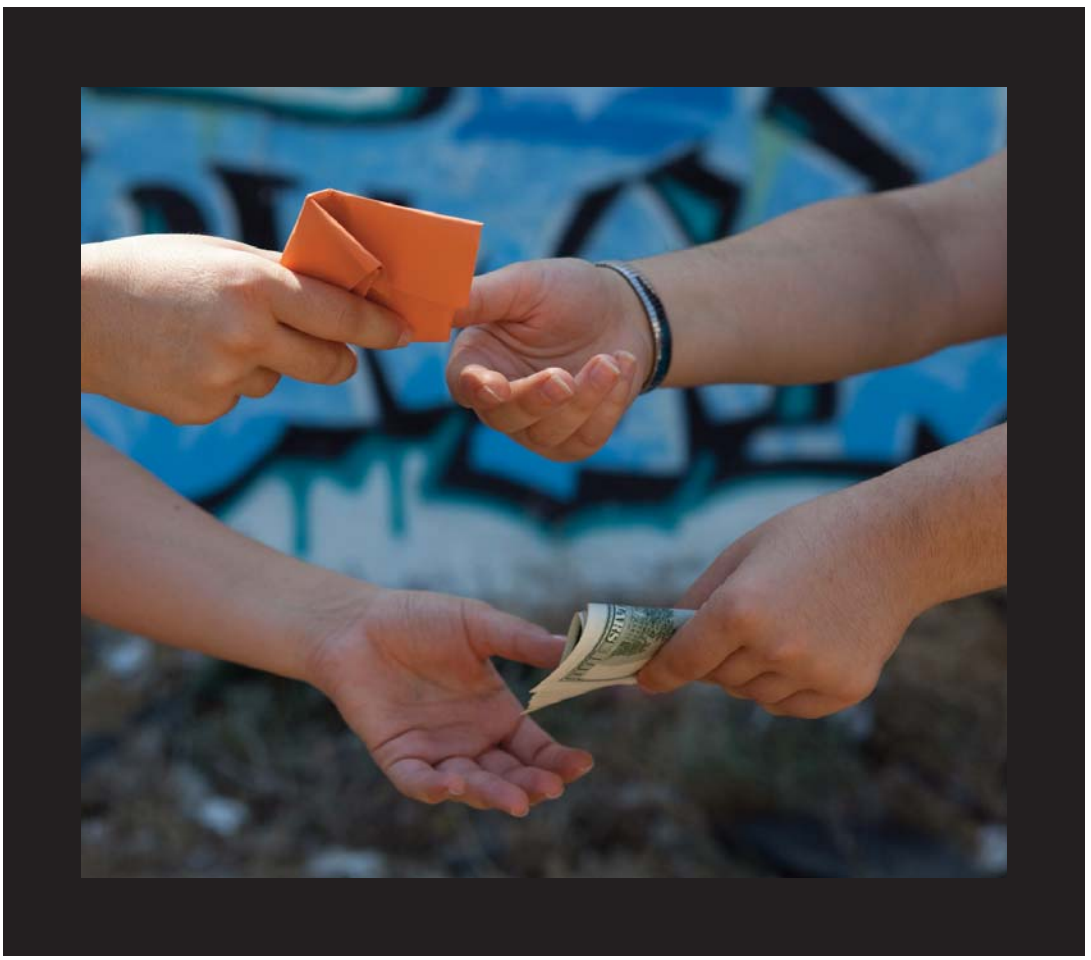
Родители должны объяснить детям причины привязанности к наркотикам, которое связаны с захватывающим эффектом «полета»: неестественная яркость восприятия сопровождаются ужасными ломками. Если не рассказать этого, то дети, общаясь с наркоманами и слушая их заманчивые истории, подумают, что родители им соврали. Нужно дать им понять, что удовольствие достигается высокой ценой, а за коротким эффектом эйфории следует продолжительный период боли. Коран подробно описывает последствия употребления вина и азартных игр:

Они спрашивают тебя об опьяняющих напитках и азартных играх. Скажи: «В них есть большой грех, но есть и польза для людей, хотя греха в них больше, чем пользы». Они спрашивают тебя, что они должны расходовать. Скажи: «Излишек». Так Аллах разъясняет вам знамения, – быть может, вы поразмыслите (2:219).

Конечно, часто приходится слышать о пользе умеренного употребления алкоголя для сердца и мозга, но эти плюсы легко перекрываются минусами.

Распознание употребления наркотиков на ранней стадии

Есть много признаков употребления наркотиков. Наиболее бросаются в глаза обожженные кусочки фольги, зеркала и бритвенные лезвия, ложки с изогнутыми ручками, куски скрученной бумаги, покореженные банки и крышки с растворителем, папиросная бумага, пипетки для глаз, пузырьки с таблетками, капли крови в ванной или на одежде подростка, его отказ закатать рукава, изменения в аппетите, неожиданное пристрастие к сладкому, нежелание идти спать и неспособность встать с утра, странные телефонные разговоры, скрытное поведение. Дети могут пристраститься к наркотикам и при этом выглядеть, как и прежде, держа пагубную страсть в секрете. Если родители подозревают детей, лучше проверить последних на язвы во рту, на губах и носе, обратить внимание, не выглядят ли они слегка пьяными. Если они водят компанию с известными «нюхачами», взрослые должны быть начеку.



Что могут сделать родители, чтобы предотвратить употребление детьми отравляющих веществ?

- Усиливать веру семьи всеми возможными средствами. Вера - лучшая защита. Наркотики, алкоголь, и азартные игры запрещены в Исламе. Слово *Khamr,* использованное в аяте 2:219 Корана, значит «забродившие и отравляющие вещества, которые затуманивают мозг и заставляют принимающего их потерять контроль».

- Рассказывайте в семье о бедах от курения, алкоголя и наркотиков, разъясняйте их разрушительный эффект. Наверняка не повредит, если дети увидят кого-то страдающего от зависимости. Подросткам можно предложить написать сочинение об опасности наркотиков и алкоголя с социальной, медицинской и экономической точек зрения, сделать презентацию на эту тему. Если им нужны деньги на такие исследования, то это стоит того, чтобы раскошелиться.

- Присмотр взрослых – это прекрасная превентивная мера. Молодежь не может навредить себе, если за ними следят взрослые. Нельзя разрешать подросткам шататься по ночам, не стоит оставлять их одних дома, когда взрослые куда-либо уходят. Родителям надо ввести в привычку выходы в свет всей семьей, когда только возможно, и планировать максимум совместного времени внутри и за пределами дома. Большие суммы денег в распоряжении подростков испортят их и позволят покупать наркотики.

- Взрослым надо время от времени досматривать комнаты детей. При этом родители должны объяснить детям, что они признают право детей на самостоятельность и не вторгаются в их личную жизнь, и фразу: «Я делаю это для твоего блага» лучше заменить на: «Я в ответе за твою безопасность и благополучие». Это не вторжение, но поиск истинной причины, которую тинэйджеры могут осмыслить. Также без ведома детей следует иногда проверять их сумки, кошельки.

- Избыток свободного времени и «личного пространства» может оказаться для ребенка непродуктивным. Не следует позволять пользоваться телевизором, телефоном и Интернетом в комнате подростков.

- Выбирайте правильных друзей. Родители должны выбирать друзей для своих детей внутри своего круга общения, среди родственников и соседей. Следует помочь ребенку найти хороших друзей – это стоит усилий.

Иногда, несмотря на все эти превентивные меры, чей-то сын или дочь попадает в беду. Не паникуйте. Сердечные боли, уровень гнева могут зашкаливать, но серьезное обсуждение и профессиональный совет помогут справиться с проблемой. Важно, чтобы родители контролировали свои чувства и работали на перспективу. Не стоит прятаться от проблемы или отказываться от помощи со стороны из-за стыда иметь в семье зависимого ребенка или боязни преследования по закону. Чтобы избежать чрезмерного гнева, родители могут представить, что это не их ребенок, но, например, ребенок друзей, который пришел к ним за советом. Важно мыслить спокойно и искать подходящее решение без эмоционального взрыва. Вы не одни в своей

беде, миллионы семей страдают так же и от того же.

Родителям надо обсудить с детьми следующее:

1. Алкоголь - мать всех грехов.

Усман ибн Аффан рассказывал такую историю об опасности одурманивающих веществ: некоего человека принудили выбрать один из пяти грехов: порвать список Корана, убить ребенка, поклониться идолу, выпить алкогольный напиток или прелюбодействовать с женщиной. Он решил, что выпивка - самый малый из всех, выпил и в состоянии опьянения переспал с женщиной, убил ребенка, порвал Коран и поклонился идолу. Урок: алкоголь – мать всех грехов.

2. Кокаин вредит плоду.

В середине 1980-х годов США столкнулись с «кокаиновой эпидемией». Педиатры заметили, что дети матерей, принимавших кокаин, отличались от других: весили меньше, дрожали, безутешно плакали, уклонялись от прикосновений и объятий и боялись малейшего звука. Многие, достигнув школьного возраста, не могли спокойно сидеть и сосредотачиваться даже на приятных занятиях. Эти «кокаиновые дети» – потерянное поколение (Begley, 1998).

3. Не каждый ребенок невинен.

В 1987 г. президент Мусульманской молодежной организации Северной Америки (MYNA) пригласил начальника полиции г. Херндон, Вирджиния, провести в МИИМ семинар о предотвращении зависимости от отравляющих веществ. Полицейский рассказал следующую историю:

«Я получал много жалоб на то, что в районе участились кражи. У меня были подозрения по отношению к 14-летнему мальчику, и я получил ордер на обыск его жилища. Его родители сказали: «Это не может быть наш сын, он очень хороший». Я спросил: «Вы когда-нибудь проверяли его комнату?» Они ответили: « Нет, он говорит, что это его личное пространство, и не пускает нас туда». Я взломал замок и нашел пропавшие ценности: телевизоры, видеокамеры, стереоустановки, часы и ювелирные изделия. Я посоветовал родителям: «Хотя вы и выделили ему собственную комнату, это ваш дом, и это ваш долг - проверять его время от времени!»»

Может ли подобное случиться с вашим ребенком? Нет, если последуете рекомендациям шефа полиции!

Совет для подростков-алкоголиков

Пинта пива - это слишком много, но бочки недостаточно!

Никогда не начинайте пить, даже пол-литра пива. Однажды начав, вы пойдет по кривой дорожке, пока и бочка не будет вас удовлетворять! Тогда вы перейдете на более серьезные вещи, - на опасные наркотики.

Пагубные привычки против здорового общения

Родителям следует спросить себя: «Здоровые ли у нас отношения с детьми? Или связь между нами утеряна?» Здоровые отношения предполагают, что вы рады общению и предвкушаете встречу с детьми, а они – с вами. Когда люди «на связи», они рады видеть друг друга, любят делиться мыслями и временем.

Люди становятся зависимыми от алкоголя и наркотиков, когда они чувствуют себя одинокими, без связей. В США, 16,6 миллионов взрослых в возрасте от 18 лет и старше (7% от этой возрастной группы) имели проблемы с употреблением алкоголя в 2013 г. (Национальный институт по проблемам злоупотребления алкоголем и алкоголизма). В Великобритании 12 процентов людей в возрасте от 15 лет и старше имели проблемы с алкоголем в 2010 году. Запои детей старше 15 лет в Великобритании выше, чем в США - в Великобритании это 23.7-30.4 процента, в то время как в США 13,4 -19 процентов (ВОЗ 2014). Люди, пострадавшие от алкоголя, не склонны говорить или играть со своими детьми. Когда родители разъединены, алкоголь, наркотики, курение дают детям удовлетворение, которое они жаждут. Они связываются с тем, что даст им временное удовольствие и удовлетворение. Употребление алкоголя связано с суицидом (суицидальные мысли или суицидальное поведение) и депрессиями. Люди должны учиться быть на связи со своими родственниками. Проходя через общий опыт и борьбу, члены семьи становятся ближе и сильнее. Обязанность родителей – постоянно следить за детьми и в определенный момент вмешиваться. От этого невозможно отдохнуть, это как толкать повозку в гору – стоит остановиться, и она покатится вниз.

Если дети посещают праздники и тем более вечеринки, родители должны узнать, что там происходит. Они должны насторожиться, узнав, что дети пили алкоголь или рассказывают членам религиозных юношеских групп, учителям, школьным психологам, врачам и полицейским, в школе и за ее пределами о том, как принимали наркотики. Взрослые не могут отказаться от ответственности, лишь полагая, что их дети в надежных руках. Доверия не достаточно – надо проверять.

Родители должны собирать информацию и о нянях, - известны случаи, когда приглашенные няни давали детям снотворное из домашней аптечки и свободно развлекались в отсутствие старших. В идеале лучшими «нянями» станут дедушки и бабушки, полные опыта и любви, которые так нужны детям.

Может ли ребенок быть в безопасности, если родители курят или принимают наркотики?

Хотя оба моих родителя курили, я никогда не пробовал. Почему? Потому что отец часто говорил мне: «О сын, я жертва этой вредной привычки, я бы хотел ее бросить, но у меня недостаточно силы воли. Эта ошибка разрушает мое здоровье».
Когда я чистил кальян, который был полон черной клейкой смолы, он говорил: «Сын, все это теперь наполняет мои легкие!»
Если родители совершают ошибки, они должны признать это и объяснить детям, почему и как это произошло. Возможно, дети усвоят урок и смогут не повторить эту ошибку. Это принцип применим к любой вредной привычке: курению, выпивке, бессонным ночам, сну до обеда, перееданию, обкусыванию ногтей, громкой речи или излишней болтливости, неспособности слушать других. Однако родителям следует аккуратно выбирать подходящий момент и формулировки для объяснения своих плохих привычек, чтобы дети не потеряли веру в них и уважение к ним.

Установите правильные отношения с детьми, станьте для них примером. Что могут сказать родители детям, если сами курят, пьют и принимают наркотики? У них не получится быть хорошим примером для подражания. Однако если они не могут отказаться от пагубных привычек, надо хотя бы признать их негативные последствия. Объясните вашим детям вред и посоветуйте его избегать. Покажите, что алкоголизм и наркозависимость – это трагедия. Быть лгуном и лицемером недопустимо, т.к. ребенок подумает, что это нормально и приемлемо.

Уход за больным: религия как предупреждение

Если ребенок стал жертвой одурманивающих веществ, терапия в специальных центрах станет только частью лечения; второй важной частью станет забота после выписки. Без ухода за выздоравливающим все приложенные усилия пойдут прахом. Значит, надо продолжать те шаги, которые уже сделаны в центрах реабилитации.

Родителям сложно поддерживать эту заботу. Программа реабилитации была интенсивной, и ребенок так изменился, что сложно представить, как можно вернуться к прежнему состоянию. Тем не менее, необходимо продолжать реабилитацию! Лишь один спор отделяет их сына или дочь от неправильного поступка, один телефонный разговор - от контактов с неверными людьми, один глоток или укол - от возвращения к зависимости. Битва выигрывается не в реабилитационном центре, а дома, посредством заботы родителей.

Скотт (1989) отмечает, что центры реабилитации чаще всего включают духовный аспект «высших сил». Хотя официально медицина и психология отвергают религию, в подобных центрах людям рассказывают о Боге и предлагают обратиться к Его помощи. Профессиональные психологи знают, что ничто не дает такого результата, как обращение к религии.

Родители должны мгновенно реагировать, если их ребенок склонен к суициду, не контролирует себя, создает угрозу для других, нуждается в детоксикации после приема вредных веществ, отправлен в отделение медицинской реабилитации или в исправительное учреждение, оказался в плохой компании.

Нарушение закона

Употребление наркотиков и алкоголя приводит к нарушению закона, и человек становится преступником. Большинство родителей не верят, что их дети могут попасть в тюрьму, и все же со многими такое происходит. Этого можно избежать, если взрослые привьют детям уважение к закону. Если родители превышают скорость, проезжают на красный, уклоняются от налогов, врут таможенникам, крадут из офиса или с фабрики и сами придумывают оправдания, чтобы ребенок не ходил в школу, то дети будут убеждены, что закон можно безнаказанно преступать. Если родители воспринимают полицию как врагов, то и дети не будут уважать полицейских.

Многие верующие, особенно мигранты, считают, что если живут в стране с приоритетом светских законов, то могут их нарушать. Чтобы опровергнуть эти представления, шейх Таха Джабир аль-Альвани, член правления МИИМ, говорит: «Если человек переезжает в другую страну, он по существу заключает договор с ее правительством и обещает, что

будет соблюдать ее законы. Мусульманин должен соблюдать взятые на себя обязательства, как предписано Кораном и Пророком Мухаммедом. Если мигранта не устраивают какие-либо законы новой родины, то лучше воздержаться от проживания в этой стране или же открыто заявить о своем нежелании подчиняться установленным порядкам, чтобы быть высланным».

Если гражданам страны не нравится какой-то закон, то в рамках демократических процедур, предусмотренных конституцией, следует добиваться его изменения или отмены. Ислам запрещает людям узурпировать исполнение закона: это безусловно приведет к хаосу, безнаказанности и беззаконию. С другой стороны, мусульманин не должен преступать религиозные законы в угоду светским; не следует подчиняться требованиям совершать что-либо, расцениваемое как *harām* (запретное). Если закон нечестивый, то действенный способ обратить внимание на его несправедливость – мирное гражданское неповиновение, продемонстрированное Генри Торо, Ганди и Мартином Лютером Кингом. Задолго до них Пророк Мухаммед бросил вызов вождям язычников-Курайшитов и повел людей в паломничество в Мекку, что отразилось в Худайбийском договоре 630 г.

Задания

Задание 32: Плановые медосмотры

Сядьте всей семьей и составьте список плановых осмотров, включая походы к стоматологу. Консультируйтесь с учителем, няней и врачом в больнице. Копия такого списка должна быть у всех членов семьи.

Задание 33: Фитнес-план семьи.

Обсудите с детьми роль физических упражнений. Согласуйте план упражнений и составьте умеренную программу тренировок, которой сможете следовать. Постарайтесь постепенно увеличивать нагрузки, вводить новые упражнения. Попробуйте ходить пешком, а не ездить на машине, и делать уборку руками, хотя бы иногда! Следует выделить графу в бюджете на покупку спортивного оборудования, абонемента в спорт-клуб и здоровой еды.

Задание 34: Используйте осмысленные фразы-приветствия

В следующий раз, когда увидите детей, вместо безликих: «Привет! Как дела, как ты?» – задайте им вопросы, требующие ответа и учитывающие особенности своего ребенка, например: «Ты хорошо спал?», «Ты делал упражнения сегодня?», «Что ты читал?»

Задание 35: Привычки, касающиеся сна

Объясните детям, что значит правильно спать и есть.

Пророк порицал сон на животе. Сподвижник Абу Зарр передал: «Как-то я лежал на животе, и Пророк (да благословит его Аллах и приветствует), проходя мимо меня, толкнул меня ногой и сказал: «Уа Джунайтаб! Это способ лежания обитателей Огня» (Ибн Маджа, Китаб уль-Адаб. № 3224). Насих ибн Тифха аль-Гифари передал от своего отца: «Я гостил у Пророка с другими бедняками. Посланник Аллаха (Да благословит его Аллах и приветствует) вышел проведать нас ночью, и увидел меня лежащим на животе. Он дотронулся до меня ногой и сказал: «Не лежи так, это гневит Аллаха». Согласно другому сообщению, Пророк, дотронувшись ногой, разбудил его и сказал: «Не лежи так, так лежат обитатели Огня» (Ахмад. Фатх аль Раббани, 14:244-245; Тирмизи (2798); Абу Дауд. Сунан. Китаб уль-Адаб (5040), Сахих Джами (2270-2271)).

Пророк также предупреждал людей от того, чтобы есть, лежа на животе.

Спать на животе вредно для внутренних органов. Лучше всего спать на правом боку – если спать на левом, то сердце испытывает лишнее давление.

Хорошая привычка следовать дневному свету: рано ложиться после ночной молитвы (*ishā'*) и рано вставать на молитву перед рассветом *(fajr)*.

Пророк обычно недолго отдыхал после полуденной молитвы (*zuhr)*. Медицинские исследования показали, что непродолжительный послеобеденный сон способствует оптимизации умственной и физической активности, освежает тело на пике дня, повышает продуктивность работы и внимание, улучшает настроение и характер, предотвращает несчастные случаи.

Задание 36: Создание атмосферы в доме

Родители должны обсудить с детьми простой план действий и прийти к соглашению по следующим пунктам:

В доме должны присутствовать любовь, радость, свободное общение, взаимное доверие, поддержка, знание об успехах друг друга, совместные молитвы и игры. Следует обращать внимание на проявления уважения друг к другу, не экономить поцелуи, объятья и улыбки, адресованные друг другу.

Если даже родители этим не занимались, никогда не поздно искренне начать это делать.

Задание 37: Превентивная дискуссия о наркозависимости

Родителям необходимо обсудить, какие признаки наркозависимости у детей можно обнаружить и как себя при этом вести. Предпринятые шаги должны включать консультации с профессионалами, самообразование, разговор с мудрыми друзьями и родственниками. Паника, скорбь, побои или насилие не помогут – это подрывает эмоциональное состояние и только усугубляет проблему.

Задание 38: «Ролевая игра» в полицейского

Родители могут предложить подросткам представить, что они –полицейские, судьи или социальные работники, которые должны делать свою работу. За что эти люди в ответе? Как проходит их служба? Каковы ее плюсы и минусы? Могут ли они представить себя заботящимися об обществе, контролирующими преступность и т.д.?

Такая «ролевая игра» помогает детям понять, что социальные работники, учителя, пожарные, полицейские – это нормальные люди со своими чувствами, домом, семьей и такими же проблемами, как у всех. Если дети не могут представить себе особенности подобной работы, родители могут познакомить их с настоящим полицейским и социальным работником, чтобы дети могли больше узнать об их деятельности.

ГЛАВА 10

Грудное вскармливание

- Введение
- Кормление грудью по Корану
- Медицинские и психологические плюсы кормления грудью
- Американский бизнес и кормление грудью
- Мусульманский мир и кормление грудью
- Мнение халифа Али и Ибн Хазма о кормлении грудью
- Продолжительность кормления грудью
- Полезные советы кормящим матерям
- Диета кормящей матери: образец
- Нация, сильная физически
- Заключение
- Задания

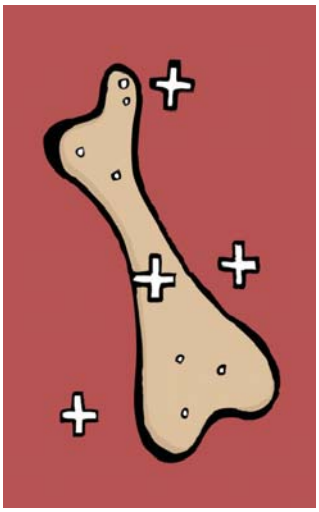
Введение

Непременным шагом на пути становления сильных, здоровых физически и эмоционально детей является кормление грудью. Коран и Ислам придают особое значение кормлению и родству вскармливаемого с кормилицей (это называется молочным родством, а вскормленные одной женщиной дети являются молочными братьями и сестрами). К примеру, почему 20-летний Салах из Турции не может жениться на Фатиме из Индонезии? Потому что когда ему был год, его несколько дней кормила грудью мать Фатимы, и они считаются молочными братом и сестрой и не могут вступить в брак; более того, все женщины из семьи Фатимы также становятся для Салаха недоступными (*mahram*) и могут не закрываться перед ним (*hijāb*). Всего несколько капель молока превращают незнакомцев в братьев и сестер. Этот факт иллюстрирует важность грудного вскармливания.

Даже если при переливании кровь одного человека полностью заместить кровью другого, это не сделает донора и реципиента родственниками. Переливание крови и даже трансплантация органов помогают спасти жизни, но не создают родственных уз. Юристы единодушны в том, что «банки молока» в Исламе запрещены [из-за невозможности использовать «анонимное» донорское молоко]. Молочное родство ставится на одну ступень с биологическими семейными отношениями, хотя законы наследования на молочных родственников не распространяются.

> *Вам запретны ваши матери, ваши дочери, ваши сестры, ваши тетки со стороны отца, ваши тетки со стороны матери, дочери брата, дочери сестры, ваши матери, вскормившие вас молоком, ваши молочные сестры, матери ваших жен, ваши падчерицы, находящиеся под вашим покровительством, с матерями которых вы имели близость, но если вы не имели близости с ними, то на вас не будет греха; а также жены ваших сыновей, которые произошли из ваших чресл. Вам запретно жениться одновременно на двух сестрах, если*

только это не произошло прежде. Воистину, Аллах – Прощающий, Милосердный (4:23).



Объясняют это так: кости и плоть ребенка создаются именно с помощью материнского молока, поэтому все, кто сосет его, считаются родственниками. Другими словами, часть матери или кормилицы становится частью ребенка.

Законоведы объясняют, что материнское молоко заставляет ребенка в каком-то смысле быть похожим на нее. Питание меняет характеристики ребенка, и некоторые юристы запрещают, например, нанимать умственно нестабильных кормилиц, опасаясь за будущее младенца. Также не стоит нанимать кормилиц курящих, употребляющих свинину, алкоголь и наркотики. Не рекомендуется поручать кормление и женщинам, совершившим прелюбодеяние.

Доисламские представления арабов предполагали, что материнское молоко исходит от мужчины и является трансформированным мужским семенем (Parkes, 2005), так что когда ребенок сосет молоко кормилицы, он вступает в некое родство с ее мужем. На самом же деле подобная связь никак не доказана.

Доктор Фитаях Сулейман (1979) объясняет: некоторые психологические исследования подтвердили, что 50% интеллекта, сформированного к 17 годам, закладываются в первые 4 года жизни, еще 30% – между 4 и 8 годами, а оставшиеся 20% – между 8 и 17. Более того, принципы поведения молодых и зрелых людей связаны с событиями первых 5 лет. Коран настаивает на кормлении грудью и полной заботе любящих матерей в первые 2 года жизни. Недостаток любви и доброты по отношению ребенку может стать причиной задержек в его развитии. На конференции в Белом доме, собранной Клинтоном, эксперты отмечали, что «умы младенцев активны со времени рождения и оформляются благодаря первым воспоминаниям» (Begley и Wingert, 1997). Первые два года кормления сильно влияют на формирование детского мозга.

При дворе в Египте было выработано 5 важных условий, определяющих молочное родство [между вскармливаемым младенцем и детьми кормилицы]: кормление должно быть совершено не менее пяти раз; эти кормления должны быть совершены до достижения ребенком двухлетнего возраста; каждое прикладывание к груди считается отдельным кормлением; каждое кормление должно полностью насытить ребенка; все пять кормлений должны быть подтверждены свидетелями.

Кормление грудью по Корану

Коран обращается к кормлению грудью в четырех сурах.

Матери должны кормить своих детей грудью два полных года, если они хотят довести кормление грудью до конца. А тот, у кого родился ребенок, должен обеспечивать питание и одежду матери на разумных условиях. Ни на одного человека не возлагается сверх его возможностей. Нельзя причинять вред матери за ее ребенка, а также отцу за его ребенка.

Такие же обязанности возлагаются на наследника отца. Если они пожелают отнять ребенка от груди по взаимному согласию и совету, то не совершат греха. И если вы пожелаете нанять кормилицу для ваших детей, то не совершите греха, если вы заплатите ей на разумных условиях. Бойтесь Аллаха и знайте, что Аллах видит то, что вы совершаете (2:233).

Мы заповедали человеку делать добро его родителям. Его мать носила его, испытывая изнеможение за изнеможением, и отняла его от груди в два года. Благодари Меня и своих родителей, ибо ко Мне предстоит прибытие (31:14)

Мы заповедали человеку делать добро его родителям. Матери тяжело носить его и рожать его, а беременность и кормление до отнятия его от груди продолжаются тридцать месяцев. Когда же он достигает зрелого возраста и достигает сорока лет, то говорит: «Господи! Внуши мне благодарность за милость, которой Ты облагодетельствовал меня и моих родителей, и помоги мне совершать праведные деяния, которыми Ты доволен. Сделай для меня моих потомков праведниками. Я раскаиваюсь перед Тобой. Воистину, я – один из мусульман» (46:15).

Поселяйте их там, где вы живете сами – по вашему достатку. Не причиняйте им вреда, желая стеснить их. Если они беременны, то содержите их, пока они не разрешатся от бремени. Если они кормят грудью для вас, то платите им вознаграждение и советуйтесь между собой по-хорошему. Если же вы станете обременять друг друга, то кормить для него будет другая женщина (65:6).

> *Пусть обладающий достатком расходует согласно своему достатку. А тот, кто стеснен в средствах, пусть расходует из того, чем его одарил Аллах. Аллах не возлагает на человека сверх того, что Он даровал ему. После тяготы Аллах создает облегчение (65:7).*

Чтобы сосредоточиться на заботе о ребенке, кормящая мать должна быть освобождена от необходимости обеспечивать собственное пропитание, даже если находится в разводе; в случае смерти отца младенца ответственность за обеспечение кормящей матери возлагается на его наследника. Для всех мусульманских женщин, и прежде всего для матерей, в исполнении религиозных ритуалов делаются послабления; так, матери новорожденных освобождаются от ежедневных обязательных молитв и от пятничной проповеди. Это позволяет матерям заботиться о детях лично, а не возлагать эту ответственность на нянек. Первые два года ребенок физически, психологически и эмоционально полностью полагается на мать.

Пластиковые соски не могут заменить мягкую грудь и материнскую любовь. Если у матери недостаточно молока и она не может кормить ребенка, тогда надо найти кормилицу. Кормилица становится фактически приемной матерью, она и воспринимается как мать во всех случаях, исключая наследование. Ее дети становятся молочными сестрами и братьями ребенка, а ее муж – молочным отцом для ребенка. Брак между молочными братьями и сестрами невозможен,

как и брак между мужем кормилицы и вскормленной ей девочкой. Биологический отец ребенка должен платить кормилице; если он умирает, то его преемник должен содержать и кормилицу, и ребенка до 2-летнего возраста.

Кормление грудью воспринималось в мусульманских странах как дело государственной важности. Во времена второго халифа Умара ибн аль-Хаттаба каждый нуждающийся новорожденный получал право на здоровое питание и общественные гарантии реализации этого права (Haq, 1967).

Медицинские и психологические преимущества грудного вскармливания

Человеческое молоко уникально подходит для человеческого младенца. Оно содержит от нескольких сотен до тысяч различных биологически активных молекул, которые защищают от инфекции и воспаления и способствуют иммунному созреванию, развитию органов и здоровой микрофлоре. Оно содержит многочисленные факторы роста, важные для желудочно-кишечного тракта, сосудистой сети (кровеносных сосудов), нервной системы и эндокринной системы. Грудное молоко меняет состав от молозива до поздней лактации, и колеблется в пределах кормлений, ежедневно, и у разных матерей (педиатрические клиники Северной Америки 2013 года).

Статья в Environmental Health Perspectives (2008) отмечает:

«Состав грудного молока претерпевает значительные количественные изменения во время периода лактации, многие из которых связаны с изменениями в состоянии развития младенца. Человеческое молоко содержит богатый набор белков, углеводов, липидов, жирных кислот, минералов и витаминов, но большая часть его потенциала для борьбы с болезнями поступает из множества антител, лейкоцитов, гормонов, антимикробных пептид, цитокинов, хемокинов и других биологически активных факторов, которые могут иметь решающее значение для защиты младенца против обычных патогенов в течение первых нескольких недель и месяцев жизни «.

Аль-Бар и Кандиль (1986) упоминают много преимуществ грудного вскармливания, в том числе следующие:

• Материнское молоко содержит питание, в котором ребенок нуждается, в правильной пропорции и в подходящем виде для пищеварения и всасывания. Питательные элементы грудного молока изменяются ежедневно в соответствии с потребностями ребенка. У недоношенных детей подходящая формула, подготовленная в груди матери, делает диету подходящей для них. Грудное молоко поможет их уязвимым животикам созреть и бороться с инфекцией. Грудное молоко легче переваривается в их желудках, чем детские смеси.

• Человеческое грудное молоко хранится при правильной температуре и доступно по запросу.

• Не нужно мыть бутылки и высчитывать пропорцию

• между кормящей матерью и ее ребенком развивается психологическая близость

• Грудное вскармливание может помочь матери в послеродовой период (после родов) потерять вес.

• Молозиво имеет слабительный эффект, который помогает наладить стул новорожденного ребенка.

• Коровье молоко или другие нечеловеческие типы молока, чаще вызывает аллергию у людей.

• Кормление грудью действует как противозачаточное средство. Кормящая мать с меньшей вероятностью забеременеет во время кормления грудью, таким образом, обеспечивая естественный и удобный контроль над рождаемостью. Женщины не имеют месячных, пока кормят грудью (это известно как лактационная аменорея), так что грудное вскармливание может быть использовано в качестве формы контрацепции. Как указывает NHS (Национальная служба здравоохранения), этот метод становится ненадежным, когда другие продукты или жидкости заменяют грудное молоко (мать должна быть полностью или почти полностью на грудном вскармливании, а это означает, что малыш пьет

только грудное молоко или очень мало смеси), а также после того, как ребенок достигает 6 месяцев.

• Грудное молоко обеспечивает превосходный источник биодоступного цинка.

• По сравнению с грудным вскармливанием, дети на искусственном вскармливании подвержены более высокому риску инфекционной заболеваемости в первый год жизни (Reviews in Obstetrics and Gynecology 2009).

• Грудное вскармливание играет важную роль в оптимизации мыслительных способностей ребенка. Материнское молоко содержит важные строительные блоки, не найденные в детской смеси. Дети, которых кормили хотя бы один месяц, имеют «8-балльное IQ преимущество в саду, и эта цифра увеличивается с увеличением грудного вскармливания». (BBC, 2002)

Грудное вскармливание обеспечивает защиту от многих заболеваний. В докладе, опубликованном Агентством по здравоохранению и качеству исследований в 2007 году смотрели на различные исследования и обнаружили следующее:

• Снижение риска рака молочной железы и рака яичников у женщин, которые кормят грудью своих младенцев.

• грудное вскармливание в течение не менее 3-х месяцев снижает риск развития сахарного диабета 1-го типа. Грудное вскармливание в младенчестве связано со сниженным риском развития диабета 2-го типа в более позднем возрасте.

• Снижение риска развития диабета 2 типа матери у женщин без истории гестационного диабета и которые кормят грудью, и каждый год грудного вскармливания связано с меньшим риском.

• Кормление грудью в течение по крайней мере 6 месяцев связано со снижением риска развития детской лейкемии, как и острого лимфобластного лейкоза (на 19 процентов снижается риск) и острого миелолейкоза (на 15 процентов снижается риск).

• История грудного вскармливания связана со снижением риска развития синдрома внезапной младенческой смертности (на 36 процентов снижается риск).

• грудное вскармливание в течение не менее 3-х месяцев связано со снижением риска развития астмы у пациентов без семейной истории астмы (на 27 процентов снижается риск). Для тех, у кого есть наследственность, снижение на 40 процентов риска астмы у детей менее 10 лет.

• Существует связь между историей грудного вскармливания и снижением риска избыточного веса или ожирения в подростковом возрасте и взрослой жизни.

• грудное вскармливание связано со значительным снижением риска развития острого среднего отита.

• грудное вскармливание снижает риск развития атипического дерматита.

• Дети, которые находятся на грудном вскармливании, имеют значительное снижение риска неспецифического гастроэнтерита (исследование, проведенное в Англии, обнаружило сокращение риска на 64 процента).

• Грудное вскармливание связано со сниженным риском развития заболеваний нижних дыхательных путей у детей раннего возраста (наблюдалось снижение на 72 процента риска госпитализации из-за заболеваний нижних дыхательных путей у детей в возрасте до 1 года, которые были исключительно на грудном вскармливании в течение 4-х месяцев и более).

• Грудное вскармливание помогает снизить риск послеродового кровотечения у матерей.

• Раннее прекращение грудного вскармливания или кормления грудью связано с повышенным риском материнской послеродовой депрессии.

Статистика грудного вскармливания в США и Великобритании

Частота кормления грудью растет в США. Из детей, рожденных в 2012 году, 80 процентов новорожденных начали кормить грудью, 51 процентов кормили

Молоко	% протеина	% жира	% сахара	% минералов
человек	1.5	3.5	6	0.2
корова	3	4	4	0.8
буйвол	3	6	4	0.8
коза	3	4	4	0.8

Американская академия педиатрии рекомендует исключительно грудное вскармливание в течение примерно 6 месяцев, а затем ввод прикорма, с продолжением грудного вскармливания в течение 1 года или дольше, по желанию матери и ребенка.

в течение 6 месяцев (по сравнению с 35 процентов в 2000 году) и 29 процентов кормили 12 месяцев (по сравнению с 16 процентами в 2000 году). Эти цифры действительны вообще для грудного вскармливания, а не исключительно грудного вскармливания. Исключительно грудного вскармливания в течение 6 месяцев в 2012 году было 22 процента, по сравнению с 10 процентами в 2003 году (CDC(Центр по контролю и профилактике заболеваний)). В Великобритании, объем грудного вскармливания составил 81 процент в 2010 году (83 проц. в Англии, 74 проц. в Шотландии, 64 проц. в Северной Ирландии и 71 проц. в Уэльсе), по сравнению с 76 проц. в 2005 году. В то время как 36 процентов матерей еще кормили грудью в 6 месяцев в 2010 году, уровень исключительного грудного вскармливания в возрасте шести месяцев был только у 1 процента (NHS (Национальная служба здравоохранения) 2012).

Рабочее место и грудное вскармливание в США

Одна из причин, почему некоторые женщины не кормят грудью – требования грудного вскармливания. Новорожденных нужно кормить грудью до десяти раз в течение 25-часового периода, как правило, 10-15 минут на каждую грудь. Соблюдение этого графика в рабочее время сложно осуществить.

В 2010 году было введено постановление «разумного временного перерыва» по Реформе здравоохранения и защиты пациентов, который требует от работодателей в США, чтобы обеспечить «разумное время перерыва для работника для сцеживания грудного молока для ребенка в течение 1 года каждый раз когда он должен сцеживать молоко. «Также от работодателей требуется обеспечение места, кроме ванной, которое защищено от обзора и свободно от вторжения коллег и общественности, которое может быть использовано работником для сцеживания грудного молока». Тем не менее, работодатели не должны компенсировать матерям перерывы для сцеживания молока. Кроме того, работодатели с менее чем 50 сотрудниками не должны предоставлять какое-либо время перерывов вообще, если это будет налагать излишние трудности (департамент труда США).

В 1993 г. Джон Хэнкок из Компании страхования жизни на взаимных началах получил награду ЮНИСЕФ за предложение создать на предприятиях комнаты для сцеживания молока, оборудованные электрическим сцеживателем и холодильником. Компания, насчитывавшая 300 беременных сотрудниц, обнаружила, что новая программа позволяет сохранять до 60000$, потому что дети, которых кормят грудью в США, на 35% меньше болеют, чем те, что были на искусственном вскармливании, и кормящие матери, следовательно, пропускали работу на 27% меньше, чем матери, которые не кормили грудью (Рона Коен, школа медсестер, Университет Калифорнии в Лос-Анджелесе).

Рабочее место и грудное вскармливание в Великобритании

В Великобритании женщине, которая намерена кормить грудью на работе, необходимо предоставить письменное уведомление своему работодателю, что она кормит ребенка грудью, желательно прежде, чем вернуться к работе. Работодатели в Великобритании по закону обязаны предоставить для беременных и кормящих матерей отдых, в том числе, где это необходимо, дать им возможность лечь. Тем не менее, в настоящее время нет юридического требования для работодателя предоставить кормящей женщине место для сцеживания и хранения молока. Там также нет юридического требования для работодателя предоставить оплачиваемые перерывы для того, чтобы кормить грудью или сцеживать молоко. Туалеты или комнаты для больных неуместны, так как это антигигиенично. Работодатели имеют обязательства откликаться на просьбы о гибкой работе в «разумных пределах», а также для обеспечения защиты здоровья и безопасности, защиты от преследования и защиты от прямой и косвенной дискриминации по признаку пола.

Смеси для детского вскармливания, недоедание и болезни

ЮНИСЕФ и ВОЗ считают рекламные компании пищи для новорожденных основной причиной смерти детей в развивающихся странах и настоятельно советуют правительствам запретить рекламу производимых продуктов детского питания. Например, по оценкам ЮНИСЕФ ребенок на искусственном вскармливании, живущий в охваченном болезнями и антисанитарными условиями регионе, имеет от 6 до 25 раз больше шансов умереть от диареи и в четыре раза больше шансов умереть от пневмонии, чем ребенок на грудном вскармливании. Эти вскормленные младенцы часто получают разбавленные и загрязненные корма, содержащие мало питательных веществ и большие дозы микроорганизмов, из-за грязной воды из антисанитарных источников, используемой при разведении. Грязная вода, антисанитария, отсутствие доступа к холодильным камерам и неспособность верно понять пропорцию вносит свой вклад в катастрофические последствия кормления смесями. Иногда матери разбавляют дорогую смесь, чтобы сэкономить. Грудное вскармливание дает защиту от целого ряда болезней. Грудное молоко не только наиболее оптимально питательно, оно также является бесплатным.

Недоедание способствует гибели около 3 миллионов детей каждый год – 45% от общего объема (The Lancet, 2013). Более двух третей этих случаев смерти происходит в течение первых месяцев жизни, и они часто связаны с ненадлежащей практикой кормления, такой как искусственное вскармливание или несвоевременный и недостаточный прикорм (ВОЗ 2010). Плохое питание в период зачатия и во время беременности в значительной степени добавляет к недоеданию в детском возрасте. Его последствия влияют на физический рост, и страдающие от недоедания дети подвергаются большему риску избыточного веса и развития заболеваний, таких как диабет, в дальнейшей жизни. Всемирная продовольственная программа сообщает, что один из шести детей - около одного миллиона - в развивающихся странах имеет недостаточный вес, а также один из четырех детей в мире отстает в развитии - в развивающихся странах доля может возрасти до одного из трех. Оптимальное грудное вскармливание младенцев в возрасте до двух лет оказывает наибольшее воздействие на потенциал выживаемости детей по сравнению с другими превентивными мерами, с возможностью предотвращения более 800 000 случаев смерти (13% всех смертельных случаев) у детей до пяти лет в развивающихся странах (The Lancet, 2013 цитируется ЮНИСЕФ). Благотворительная организация «Спаси детей» утверждает, что 22% случаев смерти новорожденных детей можно было бы избежать, если бы грудное вскармливание началось в течение первого часа, и 16%, если грудное вскармливание началось в течение первых 24 часов. Между тем ЮНИСЕФ утверждает: «Дети на грудном вскармливании имеют по крайней мере в шесть раз больше шансов на выживание в первые месяцы, чем те, которых не кормили грудью. Ребенок исключительно на грудном вскармливании имеет в 14 раз меньше шансов умереть в течение первых шести месяцев, чем на не-грудном вскармливании, и грудное вскармливание значительно снижает смертность от острых респираторных инфекций и диареи, двух главных убийц детей (Lancet 2008)». Тем не менее, в соответствии с данными организации, только 39% детей в возрасте менее шести месяцев в развивающихся странах находятся исключительно на грудном вскармливании и только 58% 20-23-месячного возраста получают пользу от практики непрерывного грудного вскармливания.

В то время как был достигнут определенный прогресс в снижении детской смертности в мире, большая часть смертей происходит среди новорожденных. Две трети детей из 92 миллионов человек, которые не находятся исключительно на грудном вскармливании, живут всего в 10 странах, семь из которых не имеют прогресса в улучшении грудного вскармливания: Индия, Китай, Нигерия, Индонезия, Филиппины, Эфиопия и Вьетнам (Save the Children (Спасите детей) 2013 г.). В то же время некоторые страны добились значительного прогресса в деле улучшения показателей грудного вскармливания (Шри-Ланка, Камбоджа и Гана).

Рынок смесей образует самую большую часть рынка детского питания, с долей в 40%. Быстро развивающейся областью является азиатский рынок, который также является самым крупным (53%; UBIC Consulting 2014). Мировой рынок молочных смесей стоит миллиарды и растет. Рост продаж на 10-20% происходит ежегодно во многих странах с низким и средним уровнем дохода, в то время как он близок к застойным показателям в странах с высоким уровнем дохода. В Восточной Азии и станах Тихого океана, число кормящих матерей снизилось с 45% в 2006 году до 29% в 2012 году (Save The Children 2013). Некоторые производители заменителей молока используют маркетинговые стратегии, которые заставляют матерей думать, что смеси – лучшее, чем они могут кормить своих детей, даже если они не могут себе это позволить.

Мнение халифа Али и Ибн Хазма о кормлении грудью

Грудное вскармливание рассматривается как природное право детей, обеспечиваемое их матерями. Матерей поощряли кормить. Ибн Хазм сказал:

«Мать должна кормить ребенка, даже если она дочь царя. Она не может уклониться от этого долга, только если не может кормить» (Ибн Хазм, Том 10)

Если бы к исламским учениям прислушивались, многих проблем можно было бы избежать.

Али ибн Абу Талиб говорил:

«Ничье молоко не благословенно для ребенка более, чем материнское».

Интернациональный символ кормления грудью.

Продолжительность кормления грудью

Правоведы согласны в том, что кормление грудью должно быть прекращено после достижения ребенком 2-х лет. Если мать здорова и ее молока достаточно, то лучше отнимать младенца от груди в 2 года.

Такой период кормления грудью совпадает с завершением прорезания зубов. Нижние резцы вылезают между 6 и 9 месяцами; к двум годам ребенок обычно имеет полный комплект молочных зубов. Сама природа подсказывает ему жевать и кусать, становясь не зависимым от молока матери. С другой стороны, когда у ребенка появляются зубы, кормление грудью становится для матери болезненным.

Некоторые утверждают, что кормление после 2 лет может повредить ребенку психологически. В 1997 г. Американская Академия педиатрии (AAP) рекомендовала матерям кормить детей от 6 до 12 месяцев; в реальности же только 20% американских женщин кормят детей после 6 месяцев. AAP рекомендовала матерям кормить хотя бы год, перечисляя плюсы естественного вскармливания, такие как уменьшение риска получить рак матки, груди и остеопороз.

Пророк говорил: «Смотрите (внимательнее) на ваших молочных братьев,

ибо молочное родство является действительным лишь в том случае, когда детей кормят только молоком и досыта» (аль-Бухари. № 2647, 5102).

Один из плюсов публичной свадьбы – возможность убедиться, что женщина по ошибке не выходит замуж за своего молочного брата. Это дает обществу дополнительный шанс проверить, действительно ли отсутствуют такие отношения.

Полезные советы кормящим матерям

Хотя инстинкт кормления грудью заложен в женщину самой природой, этот навык можно развить. Ниже приведены некоторые полезные советы для матерей (El-Amin, 1998):

- Подготовьте себя, пока ждете ребенка. Прочитайте книги о кормлении, походите на курсы при больнице, здравоохранительной организации или пообщайтесь с консультантом по кормлению. Посетите встречу организации по поддержке кормления.

- При кормлении убедитесь, что сосок находится полностью во рту у ребенка. Не наклоняйтесь к ребенку, наоборот, подтягивайте его к себе. При необходимости воспользуйтесь подушкой.

- Дайте ребенку выпить все молоко из одной груди, дождитесь, когда его сосание замедлится, затем предложите ему другую грудь. Лучше сначала дать ребенку полностью выпить одну грудь, чем несколько раз менять его положение. Первая порция – это вроде обезжиренного молока, затем идет порция цельного молока, затем сливки. Последняя порция дает сбалансированное питание и помогает предотвратить бесконечный плач.

- В первые дни кормления естественно ощущение распирания груди. Если ребенок не может сосать из налитой груди, перед кормлением сцедите немного молока.

– В первые несколько недель в сосках могут возникнуть болезненные ощущения. Сцеживайте немного молока до и после кормления и втирайте в соски. Дайте им высохнуть естественным путем.

- При трещинах сосков лечите их; уменьшите боль, высушив соски, затем нанесите природные продукты, например оливковое масло или чистый ланолин.

-Пейте достаточно воды. Считается, что чай с пажитником и чеснок улучшают лактацию.

- В первые 2-3 недели после родов вам, возможно, придется будить ребенка для кормления . Ребенка кормят как минимум каждые 3 часа днем и 4 ночью. Частые кормления нужны и для усиления лактации: чем больше ест ребенок, тем больше молока производит материнский организм. Если ребенок хорошо прибавляет в весе, кормите по требованию, следуйте за желанием ребенка.

- Не давайте ребенку бутылочку с вашим сцеженным молоком, пока процесс кормления не придет в норму – между 3-5 неделями. Иногда помогает, если не мать, а кто-то другой дает первую бутылочку с молоком. Чаще всего ребенок может спокойно и пить из бутылочки, и сосать грудь.

- Некоторые дети умело едят с самого начала, других надо учить. Ничего

страшного, если получается не с первого раза.

- Не бросайте кормление грудью. Одна мать призналась, что прошло 6 недель, прежде чем они с малышом смогли войти в ритм кормлений и установили продолжающиеся, длинные и замечательные отношения.

Матерям нравится кормить грудью: не надо готовить еду, возникает особенное чувство близости с ребенком, а у детей – меньше болезней и ушных инфекции. Перед родами будущей матери надо составить список поддерживающих организаций, в которые можно позвонить, если все будет складываться не очень удачно.

Диета кормящей матери: образец

Ниже дана образцовая диета для кормящей матери:

- 3 части продуктов, содержащих протеин (курица, рыба)
- 2 части еды, богатой витамином С (апельсины)
- 5 частей продуктов, богатых кальцием (молоко, сыр)
- 6 частей фруктов и овощей
- 6 частей продуктов со сложными углеводами (цельнозерновой хлеб)
-1 часть богатой железом пищи (говядина, бобы)
- небольшое количество пищи, богатой жирами (сыр или цельное молоко)
- достаточное количество воды (2 литра в сутки)
- витамины для беременных или кормящих матерей.

Усиленное сбалансированное питание позволяет матери не только обеспечить лактацию, но и дает ей необходимую энергию, зачастую помогая сбросить лишний вес, набранный во время беременности. Очень важно пить много молока, иначе мать будет в будущем страдать от недостатка кальция.

Нация, сильная физически

Коран и хадисы Пророка говорят о силе во всех ее проявлениях:

Вы являетесь лучшей из общин, появившейся на благо человечества, повелевая совершать одобряемое, удерживая от предосудительного и веруя в Аллаха. Если бы люди Писания уверовали, то это было бы лучше для них. Среди них есть верующие, но большинство из них – нечестивцы (3:110).

Приготовьте против них сколько можете силы и боевых коней, чтобы устрашить врага Аллаха и вашего врага… (8:60)

Мать сказала: «Кормление грудью – это прекрасно. Даже посреди ночи, когда я смотрю на это маленькое личико и понимаю, что единственное, что нужно моему сыну, – это я, как я могу отказать ему? Это удовольствие так же важно для меня, как кормление – для моего ребенка»

«Сильный верующий лучше и любимее Аллахом, чем слабый, хотя в каждом из них – благо» (Муслим. Сахих. № 2664).

Фразы Корана: «лучшая община», «приготовьте против них сколько можете силы», «сильный верующий» подразумевают не только веру и моральное совершенство, но и силу физическую. Община может превзойти в силе все другие нации, если будет соблюдать следующее:

- выбирать здоровых супругов;
- избегать внебрачных сексуальных отношений: это даст уверенность, что будущие родители не страдают заболеваниями, передающимися половым путем, такими как СПИД (но не только он);
- правильно питаться. Родители, беременные женщины и дети должны есть хорошую, полноценную, питательную и чистую пищу (*azkā ta'āman, al-tayyibāt*), исключив из употребления свинину, падаль и животных, забитых без соблюдения ритуальных правил;
- соблюдать правила гигиены. Микробы могут быть побеждены простым мытьем рук до и после еды. Пять раз в день совершать омовение. Использовать левую руку для очищения, правую – для еды.
- избегать токсичных веществ (алкоголь, наркотики, курение). Плод будет оставаться здоровым, если его родители станут избегать отравляющих субстанций.
- Кормить детей грудью. Дети развивают сильный характер, физическую и психологическую мощь, что делает их добродетельными людьми и возможными лидерами общины.

Послеродовой отпуск явно должен превышать установленные во многих странах 8 недель. Надо позволить матери хотя бы год полностью сосредоточиться на заботе о младенце.

Заключение

Первые пять лет жизни – решающие для создания сильной и здоровой личности с хорошим характером. Они открывают окно возможностей, которые нельзя терять. Вышеописанные пункты, если им следовать, приведут общину к формированию лучших людей на земле.

Если мы вырастим сильных, здоровых детей, мы сможем научить их вере, мудрости, знанию и навыкам, которые проявятся позже, как можно увидеть на примере жизни пророков Иосифа, Моисея и других.

Когда он достиг зрелого возраста, Мы даровали ему власть (мудрость или пророчество) и знание. Так Мы воздаем творящим добро (28:14).

Кормление грудью создает крепкую базу для создания лучших наций, потому что:

1) Дает детям физическую, психологическую и эмоциональную силу.

2) Это способ кормления, который подстраивается под индивидуальные нужды каждого конкретного ребенка, в отличие от кормления с помощью смесей.

3) Это наиболее естественный способ кормления детей.

Хотя человеческие знания развиваются и меняются, Божественные Писания дают конкретные инструкции.

Воистину, этот Коран указывает на самый правильный путь и возвещает верующим, которые совершают праведные деяния, благую весть о том, что им уготована великая награда (17:9).

Мусульмане нарушают базовые директивы Пророка, относящиеся к здоровой жизни. Ни одно из мусульманских государств не входит в список 12 стран с самой высокой продолжительностью жизни. Самая низкая продолжительность жизни – в Афганистане (43 года для мужчин и 44 для женщин).
(United Nations, 2010)

Задания

Задание 39: Это меня беспокоит…

Родители и дети должны обсудит следующие проблемы и решить, как их избежать.

Меня бесит, когда:

- Пицца, пахлава и пирог разрезаны неаккуратно
- Дети не убирают за собой, за них это делают родители
- Мусор бросается мимо мусорной корзины
- Люди опаздывают
- Муж приходит домой поздно, не предупреждая жену, что задержится
- Люди забывают завязывать шнурки, и никто им не напоминает
- Люди выходят из туалета и не моют руки
- Люди не закрывают ванную, когда моются
- Люди оставляют кружки с кофе, чаем или водой на столе полупустыми.
- Люди не причесываются (включая длинные брови и бороды)
- Люди оставляют кнопки, булавки и скобки разбросанными на столе и на полу
- Родители улыбаются ребенку, когда он плохо ведет себя в доме друзей
- Люди распространяют слухи и потакают злословию
- Ребенку задают вопрос, а отвечают на него родители
- Родители часто прерывают детей, когда те говорят
- Хозяин принуждает гостя слишком много есть
- Люди отпускают расистские комментарии или шутки
- Люди оставляют на тарелке много еды и выбрасывают ее
- Гости приходят без предупреждения
- Гости ругают и наказывают детей хозяев без позволения последних
- Родители нарушают обещания, данные детям, без искреннего раскаяния
- У вас просят совета, не рассказывая всей предыстории
- Молодые люди пользуются лифтом, а не лестницей
- Посланец не передает сообщение полностью и аккуратно
- Посетитель слишком долго остается у больного в госпитале
- От вас скрывают причину обиды на вас

- Люди растрачивают деньги, бумагу, лекарства, салфетки и мыло
- Люди читают и пишут сообщения, находясь за рулем (в некоторых странах это запрещено законом)
- Люди кашляют и сморкаются тебе в лицо, не прикрывая рот и нос
-Люди не отключают мобильные телефоны на встречах, молитвах или в библиотеке
- Одежда и носки людей плохо пахнут
- Люди оставляют пол и раковину в ванной мокрыми
- Люди говорят одновременно, не слушая друг друга
- Водители сигналят бесцельно и бессмысленно
- Говорящий слишком много раз повторяет одну и ту же фразу или слово, не несущие смысла
- Один говорит слишком громко и раздражает других, другой говорит слишком тихо, и его не слышно
- Люди оставляют свет включенным в свое отсутствие
- Кто-то влезает в очередь
- Гости игнорируют правила, существующие в чужом доме
- Хозяин откладывает предложение еды в ожидании одного запаздывающего гостя
- Водопроводный кран остается закрытым не до конца

И т.д.

Каждый член семьи может добавить в список то, что ему не нравится.

ГЛАВА 11

Детский мозг: используйте, или потеряете!

- Введение
- Окно возможностей
- Развитие нейронов и сеть головного мозга
- Музыкальная терапия
- Стресс может сбивать эмоциональный цикл
- Движение
- Словарь и запоминание в детстве
- Как меняется мозг
- Родители должны разговаривать с детьми позитивно
- Программа образования для дошкольников в США
- Что могут сделать родители?
- Ислам, пение и музыка
- Живопись и скульптура в Исламе
- Развитие мозга ходунков
- Как эмоции перевешивают разумность
- Необходимость материнской заботы
- Что делает нас такими, какие мы есть?
- Рост мозга: эмоциональное влияние на мальчиков и девочек
- Можно ли определить успешность до 5 лет?
- Задания

Введение

Аллах вывел вас из чрева ваших матерей, когда вы ничего не знали. Он наделил вас слухом, зрением и сердцами, – быть может, вы будете благодарны (16:78).

Коран говорит, что знания ребенка при рождения равны нулю, и Бог награждает средствами для достижения знаний, - слухом, зрением и, наконец, умением рассуждать, чувствами и эмоциями (*fūʾād*). Биологи объясняют, что центры звука находятся в передней части мозга, а зрения – в задней части; между ними находятся другие центры распознавания, которым люди обязаны рациональностью принимаемых решений. Интересно, что Коран употребляет эти слова всегда в одинаковой последовательности, будто они неразлучны: слух, зрение и эмоции.

Нам надо понять, как формируется и развивается детский мозг, в чем важность первого опыта и как он помогает формировать отклик на логику, математику, музыку, язык и эмоции. Если мы поймем это, то оценим и важность кормления в первые два года.

Окно возможностей

«Чтобы правильно вести себя с детьми, мы должны понять их биологию. Разные отделы мозга по-разному и в разное время воспринимают жизненный опыт. Стимулируйте детей в нужный момент, давайте им все, что требуется; любая заминка может обернуться провалом» (Begley, 1996).

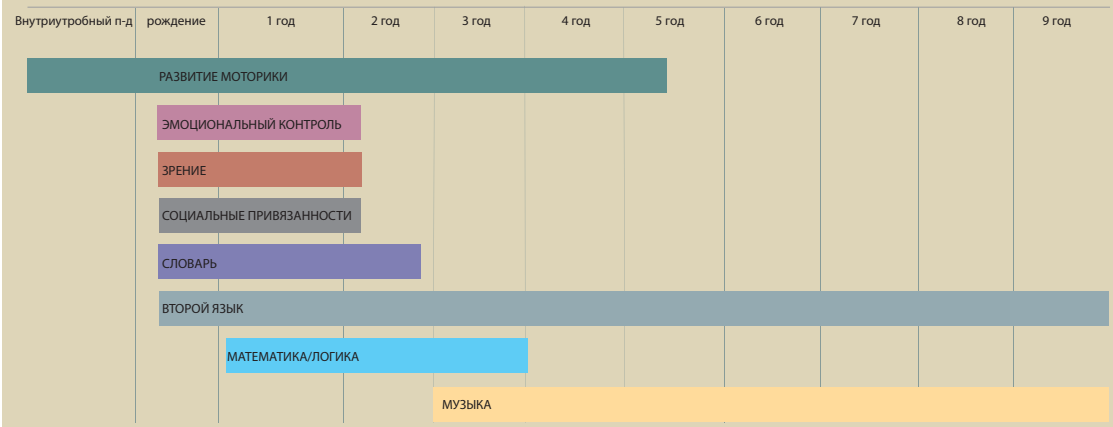
Хотя масса человеческого мозга – менее полутора килограммов, он содержит триллионы связей и способен на огромную производительность. Если мы представим, что каждый город на планете соединен прямыми дорогами с любым другим населенным пунктом, то и такую модель нельзя сравнить с мозгом.

Проблема даже не в том, чтобы построить все эти «дороги», а в том, чтобы проложить их в первые пять лет, потому что потом многие из них построить просто невозможно. Увы! – часто уникальные возможности оказываются потеряны. Поэтому важно учиться развивать связи мозга вовремя и прилагать для этого все усилия.

«Впитывающая» способность мозга

Как много информации способен вместить мозг 3-летнего ребенка?
Если мы будем рассматривать мозг как самый мощный и сложный из возможных компьютеров, то окружение ребенка можно уподобить «клавиатуре», вводящей в мозг опыт. К четырем-пяти годам темпы запоминания замедляются: «компьютер» продолжает впитывать информацию, но с неизменно уменьшающейся скоростью. Клетки мозга взрослеют, и синапсы начинают увядать. Мы должны использовать эти возможности до 3-х лет (Kotulak, 1993).

Окно возможностей



Развитие нейронов и сеть головного мозга

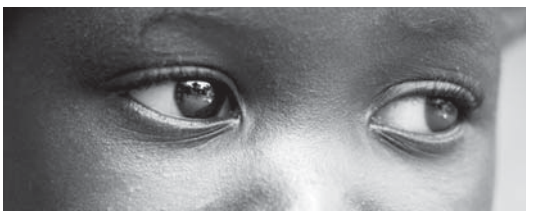
«Мозг прошит во всех направлениях миллионами нервных клеток (нейронов). Некоторые нейроны в ответе за дыхание, другие отвечают за сердцебиение, регулируют температуру тела, руководят рефлексами. Но после рождения триллионы и триллионы нейронов еще не задействованы, они – как пустой диск для загрузки программного обеспечения. Если эти нейроны задействовать, они включаются во взаимосвязи с другими нейронами, если не использовать – они могут умереть. Именно опыт младенчества определяет, какие нейроны будут задействованы, прокладывая связи в мозгу так же уверенно, как программист устанавливает программы в компьютер. Эти программы определяются полученным ребенком опытом и влияют на то, растет ли он умным или глупым, испуганным или уверенным в себе, болтливым

или с проблемами речи. Ранний опыт так силен, что может полностью поменять направление развития личности» (Nash, 1997).

К подростковому возрасту мозг прошит миллиардами нейронов, соединенными сотнями триллионов связей. Именно эти соединения придают мозгу его несравненную мощь. Традиционно считается, что схема этих соединений предопределена генами в оплодотворенном яйце; однако одной генной информации не достаточно, чтобы создать специфические сложные соединения мозга. Эти связи определяются самой средой, т.е. опытом, который мозг получает из внешнего мира. Есть две стадии формирования соединений мозга: в раннем детстве, когда опыта еще нет, и позже, когда он уже накапливается (Карла Шатц, 1996; Университет Калифорнии в Нэше 1997). Существуют определенные временные рамки для возможностей мозга создавать самих себя, – это окна возможностей, которые природа оставляет открытыми еще до рождения и потом закрывает одно за другим с каждым новым годом.

Способности «включения» этих возможностей одновременно многообещающи и пугающи. С правильным началом в нужное время почти все становится возможным, однако если «окошко» пропустить, то можно получить проблемы с умственным развитием. Успехи, которые малыш делает в интенсивных обучающих программах, часто временны, эти тренировки начинаются слишком поздно, чтобы поменять «проводку мозга» полностью. Откладывать обучение второму языку – тоже большая ошибка. Педиатр Г. Чугани спрашивает: «Какой идиот сказал, что обучение второму языку не надо начинать раньше старшей школы? Это уже слишком поздно» (Д-р Гарри Чугани, Детская больница в Мичигане).

Зрительные, звуковые, эмоциональные и двигательные центры мозга могут быть описаны так:



Зрение

Зрение формируется резким скачком роста нейронов в возрасте 2–4 месяцев, – именно тогда дети по-настоящему начинают замечать мир, и достигает пика в 8 месяцев, когда каждый нейрон соединяется с 15 000 других нейронов. Дети, у которых при рождении глаза закрыты катарактой, без операции по ее удалению до 2-х месяцев навсегда останутся слепыми. Это же подтверждают опыты на животных.

Звук

« К 12 месяцам младенцы теряют способность не воспринимать звуки, неважные для их языка, и начинают агукать, – это приобретенные звуки их языка», - говорит Патриция Куль (Университет Вашингтона). Это объясняет, почему

японцы не могут произнести звук «р», а многие арабские диалекты меняют «д» на «з», и *dāllīn* звучит как *zāllīn*.

Учиться второму языку после, а не одновременно с первым, куда сложнее. «Схема восприятия первого языка обязывает при обучении второму» - пишет Куль. Ребенок, который учит второй язык после 10 лет, вряд ли заговорит на нем как на родном. Вот почему важно, чтобы мусульманские малыши слушали рецитации Корана и правильно воспринимали все звуки арабского языка.

Освоив звуки, дети начинают складывать слова. Чем больше слов дети слушают, тем быстрее они учат язык. Дети, чьи матери часто говорят с ними, знают к 20 месяцам на 130 слов больше, чем дети менее разговорчивых матерей; к 24 месяцам разница увеличивается до 300 слов. Звучание выстраивает нейронные цепочки, которые позже позволяют запоминать все больше и больше слов. Так можно обзавестись огромным словарем, но только если слова слышаны не один раз. Важно отметить тот же позитивный эффект развития языка, если с малышом регулярно общаются братья и сестры.

Музыка

Раннее приучение к музыке создает новые цепочки нейронов. Мозг музыкантов, которые играют на струнных, был исследован с помощью магнитно-резонансной интроскопии: объем мозга, отвечающий за подвижность большого пальца правой и пальцев левой руки, был значительно больше, чем у не играющих.

Платон говорил, что музыка – самый могущественный инструмент образования. Сейчас ученые знают, почему. Считается, что музыка тренирует мозг для более высоких форм мышления. Ученые изучали влияние музыки на две группы дошкольников: одни занимались игрой на пианино и ежедневно пели, друге – нет; через 8 месяцев «музыкальные» трехлетки прекрасно собирали пазлы, и их показатели пространственного мышления были на 80% выше, чем у сверстников.

Эти достижения позже превращаются в комплекс математических и инженерных навыков. По мнению физика Гордона Шоу из Ирвина, Калифорния, «ранее обучение музыке повышает детскую способность размышлять» (Begley, 2000).

Есть явная связь между способностями к музыке, математике и логике. Более высоко организованное мышление характеризуется идентичными рисунками [извилин] мозга. Учителя, работающие с

маленькими детьми, не учат их высшей математике и игре в шахматы, но малыши способны создавать музыку. Френсис Раушер (Университет Висконсина) давала одним детям уроки игры на пианино, другим - уроки пения, и через 8 месяцев те дети, кто занимались музыкой, «сильно продвинулись в пространственном мышлении» по сравнению с теми, кто музыкой не занимался. Это

улучшение отразилось на их способности работать с лабиринтами, рисовать геометрические фигуры и воспроизводить рисунок из двухцветных блоков. Когда дети упражняют кортикальные нейроны, слушая классическую музыку, они развивают центры, ответственные за математику: музыка стимулирует присущие им мозговые связи и развивает способность решать комплексные задачи (Nash, 1997).

Детей надо вдо хновлять играть на музыкальных инструментах

Эмоции

Основные цепочки, контролирующие эмоции, закладываются еще до рождения. Позже добавляется общение с родителями. Возможно, самое сильное влияние оказывает со-настройка, когда заботящийся о ребенке вторит детским эмоциям, - визг восторга при виде котенка или щенка подкрепляется улыбкой и объятием, восхищение новой игрушкой отражается на лице родителя, – и цепи этих связей усиливаются. Несомненно, мозг будет использовать проверенные ходы, чтобы генерировать аналогичные эмоции. Если обмениваться эмоциями, электрические и химические сигналы усиливаются; если эмоции постоянно наталкиваются на равнодушие и тем более на негатив (например, ребенок горд, что построил башню из маминых цветочных горшков, а мама ужасно раздражена), то эти цепочки погашаются и не развиваются. Конечно, одно негативное слово не испортит ребенку жизнь, но повторение негативных реакций может привести к их закреплению. Так, ребенок, чья мать никогда не разделяла его восторг, вообще теряет способность испытывать радость.

Стресс может сбивать эмоциональный цикл

Стресс и постоянное напряжение оказывают влияние на эмоциональные циклы. За них отвечает мозжечковая миндалина – находящееся глубоко в мозгу маленькое тело, чья работа заключается в сканировании входящих зрительных сообщений и звуков и «перевод» их в эмоции. Импульсы из глаза и уха достигают мозжечка еще до того, как обрабатываются «думающим» неокортексом. Если виденное или слышанное связаны, например, с болезненным опытом (отец вернулся с работы пьяным и побил), тогда мозжечковая миндалина еще до того, как мозг проанализирует поступившую информацию, рассылает по цепочкам нейронов с помощью химических реакций сигнал тревоги. Чем чаще повторяется ситуация, тем быстрее запускается процесс – одной мысли об отце становится достаточно для ощущения опасности. Миндалевидная железа может пребывать в состоянии стресса целыми днями, держа нервную систему постоянно напряженной. От любых слышимых негативных шумов или от увиденного сурового выражения лица запускается «цикл волнения». Т.к. мозг все время занят сканированием этого окружающего негатива, у него не хватает возможностей развиваться, и такой ребенок начинает отставать в развитии, с трудом учится и даже с трудом осваивает речь. Именно поэтому Пророк настаивал, чтобы люди в гневе молчали, дабы не оскорбить собеседника.

Движение

Движение плода начинается на 7-й неделе беременности и достигает пика между 15-ой и 17-ой. Это происходит, когда начинают работать отделы мозга, ответственные за движение. Клеткам мозжечка, которые контролируют положение и движения, нужно около 2-х лет, чтобы сформировать функциональные связи, и многие из них будут формироваться исходя из того, как ребенок начинает двигаться. Если вы ограничиваете детскую активность, то ограничиваете и формирование синоптических связей в мозжечке. Первые детские спазматические движения – сигнал для коры го-

ловного мозга, и чем больше двигаются руки и ноги, тем сильнее связи и тем лучше у мозга получится двигать рукой интенсивно и плавно. «Окно возможностей» открыто только несколько лет: ребенок, который был неподвижен до 4-х лет, может научиться ходить, но никогда не будет делать это ровно и плавно (Carmichael, 2007).

Упражнения хороши не только для сердца, но также для мозга, давая ему питательные вещества в виде глюкозы и повышая прочность нервных соединений, – все это дает детям всех возрастов возможность легче учиться. Дети, регулярно занимающиеся спортом, лучше учатся в школе. Детям нужно периодически давать физические упражнения и в классе, а не просто заставлять их тихо сидеть, запоминая многочисленные формулы и стихи. Знания дольше сохраняются, если подкрепляются «моторной памятью».

Словарь и запоминание в детстве

Открытия биологов объясняют, почему многие дети в раннем возрасте запоминают Коран, не зная арабского. В современном обществе практика раннего запоминания утрачивается, однако в то время как тело нуждается в пище для роста, запоминание снабжает мозг базой для развития языка. Чем больше глюкозы поглощает мозг, тем более он активен. Мозг ребенка от 4 лет до полового созревания поглощает в 2 раза больше глюкозы, чем взрослый, и потому более способен получать информацию. Сложные предметы, такие как тригонометрия и иностранные языки, должны преподаваться в юном возрасте. Куда проще ребенку в начальной школе слушать и повторять второй язык – и даже говорить на нем без акцента.

Как меняется мозг

Тренировка подстегивает рост клеток в тех частях мозга, которые ассоциируются с памятью, и улучшает их функционирование. Ученые открыли, что физические упражнения увеличивают доступ крови к зубчатой извилине медиальной и нижней поверхности полушария большого мозга (зона гиппокампа, который задействован в запоминании), что позволяет формироваться новым клеткам мозга (Carmichael, 2007).

Родители должны разговаривать с детьми позитивно

Наибольшее различие в семьях – в количестве общения. Чем более обеспечены и образованы родители, тем больше они говорят с детьми и тем эффективнее развивается детский словарный запас. К трем годам дети родителей, обладающих богатым словарным запасом, могут слышать уже более 30 миллионов слов, – в 3 раза больше, чем дети в менее привилегированных семьях.

Важен и способ, которым родители разговаривают с детьми. Родители с хорошим образованием чаще всего говорят утвердительно, выражая частые и ясные одобрения («Это хорошо», «это правильно», «вот молодец!», «умница»). Представители рабочего класса тоже хвалят детей, но реже, акцентируя неудачи («это плохо», «ты не прав», «стоп», «тихо», «заткнись»). Бедные родители больше критикуют детей.

Трехлетние малыши с богатым словарным запасом и бОльшим опытом позитивного общения при прохождении стандартных тестов показали более

высокие результаты, нежели их сверстники, с которыми занимались меньше и менее доброжелательно. Отметим при этом, что бедные родители любят своих детей не меньше, чем богатые (Begley,Wingert, 1997).

Программа образования для дошкольников в США

Федеральная программа «Рывок вперед», которая с 1965 года давала детям из бедных семей возможность развития, провалилась: все достигнутые успехи детей улетучились после 3-х лет. Причина в возрасте: «Рывок вперед» охватывал 2-х, 3-х и 4-летних детей. В 1992 г. был запущен проект «Abecedarian». Дети из 120 бедных семей были разделены на 4 возрастные группы для интенсивного раннего развития в условиях детского сада: примерно с 4-х до 8-ми месяцев, с 4-х месяцев до 5 лет, с 5 месяцев до 8 лет и контрольная группа без интенсива.

Что значит – образовывать с 4-месячного возраста? Давать им кубики и бусы, разговаривать с ними, играть в «ку-ку». Каждая из 200 «образовательных игр» специально разрабатывалась, чтобы запустить когнитивное, языковое, социальное развитие или моторику. У детей проекта «Abecedarian» был более высокий уровень интеллекта, причем чем раньше они включались в систему, тем больших результатов достигали. Подключение к проекту детей старше 5 лет не выявило видимого повышения интеллектуальных способностей или явных успехов в учебе.

Но если «окно интеллекта» закрывается раньше, чем мы выходим из начальной школы, неужели для тех детей, кто по каким-то причинам не смог воспользоваться «окном», все надежды потеряны? Что же делать бедным детям, чьи родители не дают им бусины для счета, чтобы развить математические способности, или не разговаривают с ними, чтобы привить способности к языку? С одной стороны, еще есть надежда – мозг сохраняет способность учиться всю

жизнь: посмотрите на людей, которые учат иностранные языки даже после выхода на пенсию. Но все же практика показывает, что дети, чей мозг не стимулируется до детсадовского возраста, менее способны.

Хотя мы все рождаемся с огромным потенциалом, его необходимо развивать, и родителям надо знать, каковы потребности детского мозга и как именно он сохраняет получаемые знания. В мозг ребенка должны быть своевременно заложены три основных навыка:

- логика
- язык
-музыка.

В выступлении на конференции Либеральной партии (Брайтон, Англия) 30 сентября 1997 г. британский премьер-министр Тони Блэр сказал, что детсадовское образование должно начинаться не в 4, а в 3 года, определив т.о. важность раннего развития мозга.

Что могут сделать родители?

Логический мозг

Навыки: математика и логика
«Окно развития»: с рождения до 4 лет
Что мы знаем: «место для математики» находится в коре мозга, рядом с «музыкой». Ходунки, которых учили самым простым концепциям (на уровне «один» и «много»), позже лучше справляются с математикой.
Задания: Играть с ходунками в игры на счет. К примеру, посадите детей за стол, чтобы учиться отношениям «один на один»: одна тарелка, одна вилка на человека. Можно включить мягкую музыку.

Музыкальный мозг

Навыки: музыка
«Окно развития»: с 3 до 10 лет
Что мы знаем: музыканты, играющие на струнных инструментах, имеют более развитую область в чувствительной зоне коры мозга, отвечающей за развитие пальцев левой руки. Лишь немногие известные музыканты начинали играть позже 10 лет; куда сложнее научиться играть взрослому. Уроки музыки развивают и пространственные навыки.
Занятия: Родители могут петь рецитации Корана (*tajwīd*, *adhān)*, включать мягкие записи звуков природы, пения птиц, исполнять с детьми песни и *nashīd* (религиозные песни), играть спокойную музыку. Давайте детям музыкальные инструменты, чтобы понять, выражают ли они какие-то склонности к музыке.

Языковой мозг

Навыки: язык
«Окно развития»: с рождения до 10 лет
Что мы знаем: связи в слуховой зоне коры головного мозга формируются к 1 году и отвечают за восприятие звуков. Чем больше слов дети слышат к двум годам, тем шире будет их словарный запас, когда они вырастут. Проблемы со слухом могут негативно повлиять на способности связывать звуки и буквы.
Задания: Важно, чтобы родители говорили с детьми, и часто. Если они хотя обучить детей второму языку, следует начать до 10 лет. Слух надо защищать, вовремя лечить и предотвращать ушные инфекции.

Ислам, пение и музыка

Ислам разрешает пение и музыку, если они не проповедуют зло, сексуальный разврат и не мешают выполнению религиозных обязанностей. Сподвижники Пророка и их последователи слушали песни и музыку. Радостные события (свадьбы, праздники, *идайн*, рождение детей) сопровождались песнями и игрой на музыкальных инструментах (барабанах, тамбуринах). Аль-Бухари и Муслим отмечают, что абиссинцы пели и танцевали для Пророка, и Пророк, стараясь развлечь Аишу, предлагал ей насладиться этим зрелищем.

Хадис от Айши (жены Пророка): «Однажды ко мне зашел посланник Аллаха. В это время у меня сидели две девочки и пели песни и били в бубен, это был день Биаса, и пророк прошел в дом, лег и отвернулся. Через некоторое время зашел Абу Бакр, и увидев этих девочек начал ругать меня и сказал: «Свирели шайтана у посланника Аллаха?!» (повторив два раза), тогда посланник Аллаха повернулся к нему и сказал: «Оставь их, Абу Бакр, ведь у каждого народа есть свой праздник, а это (т.е. день Биаса) наш праздник». Затем я кивнула им, и они вышли.
Это был день Ид, когда эфиопы обычно играют с кожаными щитами и копьями. Посланника Аллаха спросил, не хочу ли я посмотреть представление. Посланник Аллаха, скрывал меня за своей спиной, когда я смотрела, положив подбородок ему на плечо, как эфиопы играют в мечети. Пророк, сказал: «Играйте спокойно, о сыны Арфиды!» Когда я устала, он спросил, достаточно ли мне. Я ответил утвердительно, и он велел мне удалиться (Муслим)

Это урок для родителей: разрешайте мальчикам и девочкам развлекать себя, а не запрещайте развлечения. Сейчас музыка и искусство в целом пропагандируют грехи (сексуальную свободу, наркотики и алкоголизм), но мы можем использовать музыку и для образования с чистым окружением.

Не существует достоверных хадисов, которые запрещали бы музыку и пение. Юсуф Аль-Кардави (2007) указывал на слабость хадисов, которыми часто аргументируют запреты музыки в Исламе. Более того, некоторые свидетельства времен Пророка подтверждают приемлемость музыки и пения. К примеру:

1. Когда Аиша сопровождала невесту к ее жениху из числа ансаров, Пророк спросил невесту: «Ты немного развлеклась?» (ансары любили праздновать).

2. Во время хиджры Пророка из Мекки в Медину его встречали музыкой и пением, - так, например, поступили женщины племени Бану аль-Наджара. Абу Бакр пытался остановить их, но Пророк сказал: «Оставь их, наша религия полна радости».

3. Умар ибн Хаттаб вошел в мечеть и нашел эфиопов танцующими с копьями перед Пророком и его женой Аишей во время праздника. Он попытался остановить их, но Пророк сказал: «Оставь их».

Главное правило – если какое-то действие ведет к неверному поведению, его стоит избегать. Возбуждающая сексуальность музыка, непристойные песни абсолютно запрещены шариатом, так же как и порнография. Музыка и пение, которые не проповедуют грех, позволительны.

Авиценна о кормлении грудью и пении
Авиценна сказал: Если несколько типов болезней, вызванных психологическими факторами.
Кормление: Авиценна отмечал сильные взаимодействие между психологией и здоровым телом. Один из примеров – кормление грудью. Поэтому он отмечал важность хорошего выбора кормилицы
Музыка: Авиценна отмечал важность эффекта позитивной музыки на больных, и физически и психологически.

Живопись и скульптура в Исламе

Картины и скульптуры законны в Исламе (кроме тех, что изображают наготу, грех и другие проявления аморальности). Основным назначением картин и скульптур во времена Пророка было поклонение идолам, поэтому он запретил их использование в практике Ислама, однако когда Пророк видел, как дети играют с фигурками, не останавливал их.

И по сей день практика Ислама обходится без каких-либо изображений. Однако без визуальных примеров не обойтись в науке, технологиях, образовании, документах и т.д. Подобное функционирование изображений не противоречит традиции Пророка.

Развитие мозга ходунков

Ходунки заинтересованы в изучении языка, повторении примеров и установлении любых отношений. Они уже не просто рассматривают жизнь со стороны, как делали это в младенчестве, – они хотят быть ее частью. Ниже даны некоторые идеи для родителей, чтобы развить интересы детей и сделать позитивный толчок к развитию их мозга.

Примеры

Для ходунков важны любые обстоятельства и ситуации: мозг маленьких детей соединяет различные события и устанавливает причинно-следственные связи. Родители могут предельно просто объяснить им как природные явления (воздействия света, температуры, воды, гравитации, ветра), так и социальные нормы (постучать в дверь перед тем как войти, попрощаться, сказать «Спасибо»). Дети в этом возрасте заинтригованы самим процессом выполнения повседневных вещей – мытьем, приготовлением пищи, одеванием.

Второй важный пример – *ситуации.* Ходунки заинтересованы более процессом, нежели его результатом, но с 13–19 месяцев они начинают группировать «картинки» по смыслу. К примеру, какие предметы, люди и события связаны с ситуацией «в ресторане»? К дошкольному возрасту дети используют эту информацию, чтобы понимать и адаптировать окружающий мир. Родители должны растолковывать, «что», «кто» и «как» в разных обстоятельствах.

Участие в активных мероприятиях

Обучение представлениям о пространстве облегчается их физическим «прочувствованием», когда, например, смысл предлога закрепляется, если ребенок сам поместит себя «под стол». Если ребенка «заточить» в ограниченном пространстве и дать ему ограниченный набор объектов, это затормозит его развитие. Как можно больше будьте «проводником» для ребенка, выбирайте безопасные примеры и общайтесь как можно плодотворнее.

Разговоры с детьми

Когда родители разговаривают с ходунками, они помогают им развить словарь. Дети хотят знать названия – «имена» - всех предметов. Когда родители произносят эти названия, они должны четко «привязывать» их к конкретным предметам. На-

зывая предметы, касайтесь их рукой, «проговаривайте» свои действия («Сейчас я возьму книгу»). Когда матери задают вопрос, а потом повторяют и исправляют ответ ребенка, дети запоминают нормы грамматики и употребления тех или иных слов. Например, если на вопрос «Где птица?» ребенок отвечает: «Клетка», родители должны отреагировать: «Да, птица сидит В клеткЕ», помогая малышу усваивать структуру предложения.

Поддержание позитивной и предсказуемой атмосферы

Чувства, которые родители передают детям, влияют их на мозг. Если мать общается с малышом в состоянии депрессии, то ее настроение передастся ребенку (Field соавт., 1988). В радостной, оптимистичной атмосфере вырастают жизнерадостные и эмоционально гибкие дети. На малышей влияет эмоциональная энергия их родителей и то, насколько заботливыми и позитивными те выглядят. Последовательность и привычность делают обучение проще и создают эмоциональную защиту.

Поощрение практики и повторения

Практика и повторение очень важны. Ребенок получает из конкретной ситуации только часть знаний, которые эта ситуация ему предлагает, более общие выводы он сделать не в силах. Младенцы и ходунки обычно обращают внимание только на часть из услышанного или увиденного и только после многократных повторений той же ситуации будут способны усмотреть какие-то другие ее аспекты. Проходит значительное время, прежде чем мозг научится воспринимать окружающее во всей полноте. Родители должны ускорить этот процесс – так многому надо научиться!

Знает ли плод ваш голос?

Исследования показывают, что некоторые знания ребенок получает еще в утробе матери на последних неделях беременности. Даже на этой стадии отец может разговаривать с не родившимся еще малышом, чтобы тот привык и к его голосу (Henry Biller, 1993).

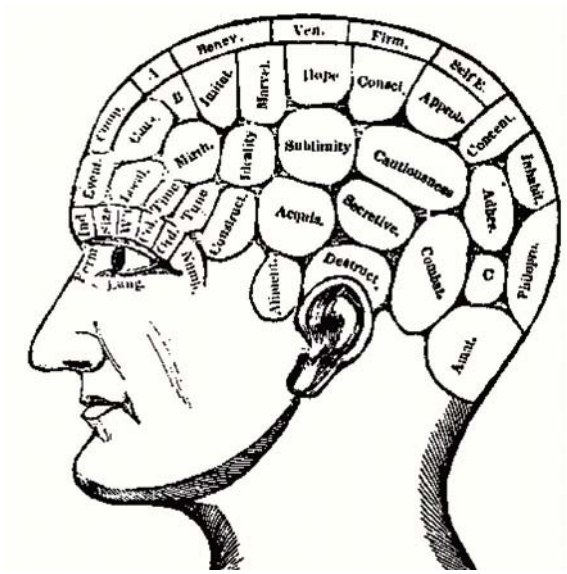
Французские и японские исследования показали, что плод может слышать звуки в течение последних двух месяцев беременности.

Как эмоции перевешивают разумность

Воистину, человек создан нетерпеливым,
беспокойным, когда его касается беда… (70:19-20)

Хотя большинство из нас умеют сдерживать негативные эмоции и воздерживаться от насилия, нам всем свойственно раздражаться, поддаваться иррациональным страхам или время от времени переполняться эмоциями. Почему мы разрешаем эмоциональному импульсу победить рациональное мышление?

Мозжечковая миндалина – это физический центр наших эмоций. Она работает как система сигнализации и защиты, сканирующая те ощущения, которые способны нас испугать или причинить боль. Если она распознает потенциальную опасность, то мгновенно посылает сигнал предупреждения всем основным частям мозга: тело готовится к отпору или расслаблению, сердце начинает биться чаще, давление крови усиливается, дыхание учащается или замедляется. Даже система запоминания «включается» на «большую скорость» и сканирует



Авиценна запомнил весь Коран, когда ему еще не исполнилось 10 лет. Это помогло ему развить способности мозга, организовать свою память, максимизировать потенциал мозга. Некоторые считают, что мы используем лишь от 5 до 15% нашего мозга (Morgan, 2007).

Задания

Задание 40: Определите «книгу месяца»

Родители и дети могут создать своеобразный «книжный клуб», определив программу семейного чтения на неделю, месяц или более длительный период. Каждый член семьи должен прочесть определенную книгу и «представить» ее остальным, после чего следует обсудить прочитанное. Введите такие обсуждения в привычку, добейтесь какой-то регулярности таких собраний, чтобы домашние привыкли к ним и могли их планировать.

ГЛАВА 12

Мальчики и девочки: разные ли они?

- Введение
- Различия: логика против эмоций
- Эмоциональная связь
- Чувства
- Статус
- Мимика
- Стереотипное восприятие мальчиков и девочек
- Горе
- Потребность в сексе
- Мудрость гендерных различий
- Когда начинается гендерное различие?
- Воспитание: мудрость пола
- Почему дисбаланс?
- Мифы об отцах-сиделках
- Влияние отсутствия отца на детей
- Разные потребности мальчиков и девочек
- Реакция на гендерные различия
- Пол и темперамент: подмена понятий
- Девочки и мальчики учатся по-разному
- Раздельное обучение
- Воспитание и пол с позиций Ислама
- Божественный путь – лучший путь
- Задания

Введение

Необходимо понимать различия между мужчинами и женщинами, их разные социальные роли и биологические нужды. Эти различия влияют не только на отношения мужа и жены, но и на отношения между родителями и их сыновьями и дочерьми. Здоровые отношения строятся на правильном понимании сходства и различия полов.

Речь не идет о том, какой пол лучше или главнее, т.к. Коран и Пророк четко указали:

> *Жены имеют такие же права, как и обязанности, и относиться к ним следует по-доброму… (2:228)*

Пророк сказал:

«Женщина – это вторая половина мужчины» (Ахмад)

Мужчины и женщины не конкурируют, но играют разные, по-своему трудные роли.

Различия: логика против эмоций

Смэллей (1995) отмечает некоторые биологические различия мужчин и женщин:

- Женщины, обладая двумя Х-хромосомами, имеют более сильный иммунитет, чем мужчины, носящие Х- и Y-хромосомы;
- Мужчины имеют больше кровяных телец, чем женщины, и у них больше энергии.

Под эту схему подходят около 80% мужчин и женщин. Некоторые исследования демонстрируют, что женщины равно используют оба полушария мозга, тогда как у мужчин задействовано преимущественно левое, «связанное» с логикой, пространственным мышлением, математикой и инженерией. Женщины

более внимательны, т.к. больше слышат и чувствуют.

Правое полушарие мозга считается «местом» чувств, эмоций, искусства, поэзии, любви, музыки и способности к вербальному выражению. Женщины менее агрессивны, в то время как мужчины более способны к аргументации. Мужчинам легче читать карты из-за более развитого пространственного мышления (Baron-Kohen, 2002, Gilmartin соавт., 1984).

Мужчины стремятся к открытиям и обсуждению фактов, женщины – к выражению чувств и эмоций. В ходе одного исследования американским девочкам и мальчикам предложили сказать все что угодно, и девочки предпочли связную речь, тогда как 60% мальчиков ограничились несвязными звуками. Мужчина произносит в среднем 12 000 слов в день, а женщина – 25 000 и более. Даже мускулы губ у девочек при рождении развиты лучше, чем у мальчиков (Eliot, 2009).

Когда возникает проблема, мужчинам свойственно принимать решения; женщина при этом полагается на решение мужчины, давая ему сострадание и любовь.

Мужчин учат быть более объективными и рациональными, а женщин – более ориентированными на личные и семейные отношения. Например, если мужчина смотрит баскетбольный матч, его интересует счет, а не жизнь игроков; женщине будет интереснее смотреть игру, если она знает имена игроков и кто на ком женат.

Мужчины, как правило, учатся отделять себя от окружающего. Женщина не отделяет себя от дома, детей и работы: если она не помыла посуду, то иной раз не может переключиться на решение каких-то других задач. Мужчины иначе относятся к дому, для них это – прежде всего место отдыха, и своевременное мытье посуды – не приоритет.

Мужчины в отношениях чаще помнят только основные вещи; женщины более концентрируются на деталях, например, во что были одеты в момент знакомства и что подавали на стол на праздновании первой годовщины свадьбы.

Женщины априорно настроены на создание прочных отношений и способны быстрее мужчин распознавать симптомы угроз таким отношениям. Исследователи просили пары ответить на вопросы: «Каковы наши отношения? Что нам сделать, чтобы улучшить их?» Мужчины чаще оценивали прочность своих супружеских отношений выше, чем женщины.

Мужчине нужны уверенность и поощрение, и чем чаще женщина благодарит его и чем реже критикует (если только он не просит этого), тем лучше.

Женщине нужно больше эмоциональной энергии для заботы о детях. У мужчин меньше терпения: один отец провел весь день с 4-летним сыном и пришел к выводу, что тому не хватит наказаний за бесконечно плохое поведение. Женщины с этим легко справляются.

Эмоционально мужчине сложнее найти подход к женщине, нежели наоборот. Женщины более адаптированы к построению прочных отношений.

Д-р Уоррен просит каждого своего пациента назвать троих ближайших друзей. Женщины отвечают быстро, их список порой даже приходится ограничивать. Если же пациент – мужчина, то обычно следует пауза, а потом: «Что именно Вы имеете в виду под «лучшим другом»?» Большинство мужчин иначе воспринимают близкие отношения: им нравится быть вместе, смотреть матчи, рыбачить, но это еще не делает их «близкими друзьями».
(Wolgemuth, 1996)

Мужчин воспитывают так, что для них главным становится не внешняя привлекательность, а стабильность положения. Женщине же чаще говорят, что она должна поддерживать привлекательность, чтобы найти мужчину, который способен содержать семью.

Женский мозг весит чуть больше мужского, лучше снабжается кровью и имеет чуть большую температуру. Девочки взрослеют раньше мальчиков. Мозг женщин и мужчин развивается по-разному, и никто не знает точно, почему. Эти различия с возрастом могут усиливаться или нивелироваться. Девушка может подбирать слова быстрее, чем юноша, но чуть позже он может ее догнать.

Исследования нейронов показывают, что биологические различия предопределяют типы поведения. Мы вправе ожидать, что мужчины больше развиваются физически, а женщины – эмоционально, и, как правило, так и происходит. Заманчиво заключить, что поведение человека предопределяется именно биологией, а не воспитанием. Однако, хотя мужчины и женщины делают некоторые вещи по-разному, базовое поведение у нас всех одинаково.

Эмоциональная связь

Различие женских и мужских стереотипов поведения стало объектом анекдотов и карикатур – мол, женщины стремятся завладеть мужчиной, а тот любыми способами старается этого избежать; женщины только и щебечут о высоких чувствах, а мужчины сводят любой разговор к футболу; женщины все рассказывают подругам, а мужчины воспринимают это как непристойное обнажение. Может, это лишь наши преставления? И если это так, то где такое восприятие берет свое начало?

Эмоциональный отклик младенцев,

которым всего один день, не связан с тренировкой или социализацией. Исследование, в ходе которого детям давали прослушать различные звуки – плач, рычание зверей, щебет птиц, сгенерированный на компьютере гул, – дети реагировали прежде всего на эмоции другого человека (Cassidy, 1999), при этом более интенсивно на звуковое выражение чужой беды реагировали девочки, – эта реакция сохраняется на всю их жизнь. Даже в первые дни жизни девочки более склонны к эмпатическому ответу. Возможно, женщинам проще представить, как чье-то несчастье отразится на них. Существа женского пола, еще не приобретя опыта защиты от мира, ориентированы на разделение нужд других.

Чувства

Не удивительно, что женщины обладают так тонко настроенными эмоциями. У них более развито обоняние (особенно во время овуляции), они придают больше значения тактильным ощущениям. Контакт с помощью прикосновений необходим для здорового существования ребенка. Если детей укачивать на руках, они быстрее взрослеют и набирают вес на 47% быстрее, чем те, кто оставлены одни, даже при одинаковом кормлении (Dodd, 2005).

Голос матери прекрасно соответствует чувствам и нуждам малыша. После проигрывания записи голоса младенцам выяснилось, что те лучше воспринимают обращенные к ним высокие звуки, чем [более низкие] тона, которые женщины используют для общения со взрослыми. Более того, когда ребенок слышит материнский голос, его сердцебиение замедляется и стабилизируется. Комфорт, который мать дает ребенку, можно разделить на базовый (биологический) и приобретаемый. Эмоциональное различие между мужчиной и женщиной начинается в переплетении судеб ребенка и матери – истории двух сердец.

Статус

Стремление приобрести некий особый статус рано проявляется у мальчиков и слабо развивается у девочек. В целом девочкам не так уж необходимо быть «номером один». Это можно проиллюстрировать тем, как дети одного пола играют «в доктора»: мальчики хотят все быть докторами – чтобы указывать всем, что делать; они будут спорить об этом бесконечно. Девочки спросят, кто хочет быть доктором, и обсудят, кто возьмет на себя роли медсестер и пациентов.

Мальчики предпочитают игры, выявляющие явного победителя. Они также более уверены в спорах об исходе игры. Девичьи игры короче мальчишеских: мальчики спорят об игре – кто что делал,

кто какие возможности имел, и их игры не заканчиваются на препирательствах, тогда как девочки часто прерывают игру из-за ссор. При этом мальчики легче преодолевают разногласия, девочки же более расположены к конфликтам. Некоторые считают, что мы сами вдохновляем девочек быть более эмоциональными и «зажимаем» эмоциональное развитие мальчиков.

Но чем больше мы пытаемся различить биологию и культуру, тем более очевидно, что это невозможно. Вопрос о роли природы и воспитания – замкнутый круг, в котором одно влияет на другое.

Мимика

Женщины легче «считывают» выражения лиц, чем мужчины. Женщины чаще мужчин улыбаются, и мужчины поощряют их в этом, возможно из-за еще недавних доминантно-подчиненных отношений полов. Женщины также лучше мужчин читают невербальные сигналы (язык жестов, мимику).

При просмотре фотографий, на которых можно различить выражения лиц, представители обоих полов легко выделили тех, кто счастлив. Женщины также с 90%-ной уверенностью «прочитали» грусть на лицах как мужчин, так и женщин; мужчины же в 90% случаев определили грусть на мужском лице, но только в 70% – на женском. Женское лицо должно выглядеть очень несчастным, чтобы мужчина заметил это; легкий оттенок останется незамеченным.

Стереотипное восприятие мальчиков и девочек

Старый английский стишок гласит, что девочки сделаны «из конфет и пирожных, из сластей невозможных», а мальчики – «из колючек, ракушек и зеленых лягушек». Даже пятилетний современный ребенок удивляется столь «контрастному» различию.

Некоторые исследователи считают, что мальчики нуждаются в большем внимании, потому что ощущение любви повышает уровень именно мужских гормонов и стимулирует развитие мозга. Многие исследования доказывают, что мужчины и женщины могут пережить даже смертельные заболевания, такие как порок сердца и рак, если их брак наполнен любовью и поддержкой. Даже незначительная ссора оставляет след в иммунной системе, и после конфликта супружеские пары могут слечь с температурой и простудой. Когда партнер умирает, иммунная система оставшегося в живых восстанавливается от 4 до 14 месяцев.

Вы когда-нибудь задумывались, почему суры Корана начинаются словами: «Во имя Аллаха, Милостивого, Милосердного!»? Не намек ли это на то, что и родители должны быть нежны к своим детям?

Горе

Никто не считает одиночество и переживание горя полезными для здоровья, - как умственного, так и физического. Женщины переживают горе иначе, чем мужчины. Это может объяснить, почему мужья и жены переносят потерю детей по-разному; мужчины обычно справляются быстрее.

Потребность в сексе

На вопрос: «Если бы вы были лишены сексуальных отношений с супругом, как бы вы себя чувствовали?», – большинство женщин ответили, что смогут обойтись без интимных отношений, им будет достаточно объятий и поцелуев. Мужчины, однако, ответили, что подобная ситуация вызвала бы затруднения (Fisher с соавт., 2012).

Сексуально женщины сильнее мужчин. Они могут обходиться без секса довольно долго, но им нужно, чтобы до них дотрагивались, их пробуждали. Мужчина с трудом переживает сексуальное воздержание: одно слово способно возбудить его и вызвать эрекцию. Женщины могут включаться в секс, не испытывая возбуждения, в то время как для мужчин это обязательно.

Средний американец думает о сексе каждые несколько минут. Регулирование сексуальных отношений имеет важное значение для здорового общества, – моральное, психологическое и социальное.

Мудрость гендерных различий

Женщина создана и чаще всего воспитана так, чтобы быть чуткой и эмоциональной для защиты детей от любой беды. Это же применимо и к царству животных: кошка защищает котят и прячет их от котов, включая отца, чтоб он не съел их, как мышь. Во время беременности вырабатываются определенные гормоны, которые помогают при рождении, кормлении и защите ребенка.

Во время месячных, беременности, родов и кормления грудью женщина более зависима. Тем больше заботы она должна получать в это время. Миллионы женщин жалуются на дискомфорт во время менструации. Проблемы могут длиться несколько дней и включают набухание молочных желез, спазмы, головные боли, сильное кровотечение, скачки настроения и усталость.

Мужчина привлечен женской сексуальностью настолько, что будет нести ответственность за жену и детей. Он должен быть щедр и обеспечивать семью всем необходимым, а мать больше сконцентрирована на себе и заботе о детях. На мужчине не лежит бремя менструаций, беременности, родов и кормления грудью: получается, что он свободен добывать необходимое и заботиться о нуждах семьи.

Различия в природе мужчины и женщины объясняет исламские семейные

законы и инструкции, в частности, концепцию *'awrat* – интимных частей, которые необходимо скрывать. Зона аурата мужчины находится между пупком и коленями, чтобы он мог беспрепятственно делать тяжелую физическую работу. Поскольку все тело женщины привлекательно и желанно для мужчины, все оно является зоной аурата, за исключением лица, ступней и кистей рук. Обычно женщине нет нужды демонстрировать тело мужчине. Эта хорошо разработанная детальная концепция аурата – действенная защита от распущенности, разрушающей семьи и общество. Однако в отношениях мужа и жены не существует запретов на показ тела, как отмечает Коран:

> *Ваши жены – одеяние для вас, а вы – одеяние для них (2:187).*

Как члены общества мужчина и женщина имеют одинаковые права, но разные обязанности, обусловленные психологическими и физиологическими особенностями. Семья - особый институт,

который эффективно функционирует и позволяет реализовать плюсы всех его членов.

Женщины в возрасте между 20 и 40 годами – основа семьи. Они нежны, заботливы и обеспечивают мир и комфорт домашним. Муж должен пребывать в спокойствии, особенно после возвращения домой после длинного и утомительного рабочего дня. Обеспечение семьи – его долг, и отдых – его естественное право; однако это не значит, что жены не могут делать многих других вещей, помимо «обслуживания» мужа и дома, и не освобождает отцов от обязанности со-

блюдать мир внутри семьи. Эти роли не должны восприниматься как слабость женщин и сила мужчин; они просто соответствуют природе. Исламский закон возлагает ответственность за доходы семьи на мужа, а не на жену вне зависимости от ее материального статуса, потому что дело в ролях и качественной подготовке к ним. Решение, выходить ли жене на работу, – это решение самой женщины; ее нельзя принуждать работать, потому что задача обеспечения средств к существованию лежит на ее муже. Но если она выбирает работу, в этом нет ничего противоречащего закону; если она может совместить роль работника и матери, она имеет право решать обе эти задачи.

В наши дни, к сожалению, женщины и на Западе, и в мусульманском мире стали жертвами тяжелых экономических условий. Западная культура выработала восприятие женщины как сексуального объекта, дешевого развлечения и предмета торговли. В некоторых мусульманских странах женщины не получают образования и не готовы к великой роли матери; многие из них не имеют никаких социальных прав, находятся в полной власти мужей, отвержены и изолированы.

Шейх Мухаммад аль-Газали отмечал, что во времена его детства в деревне женщин можно было увидеть везде, кроме мечети. Грустно признавать, что в некоторых странах женщинам и сейчас нет места в мечети. Большинство студентов теологии в Турции – женщины, однако архитекторы мечетей «мало думают о пространстве для молящихся женщин» (MURAD, 2009). Как мы можем ждать от матери, чтобы она вырастила ребенка без религиозной помощи, даваемой каждую пятницу на проповеди, – возможно, наиболее мощном из существующих институтов образования? Отделение женщин от мечети сохраняется веками, несмотря на заповеди Пророка.

Пророк сказал:
«Не запрещайте женщинам, преданным Аллаху, посещать мечеть Аллаха» (Муслим)

Женщины свободны посещать мечеть или молиться дома, в зависимости от выполняемых обязанностей и возможностей. Обязанность мужа – содействовать походу жены в мечеть, помогать ей, а не нагружать дополнительной ношей.

Хотя мы одобряем женщин, работающих вне дома, многие отдают предпочтение матерям, которые проводят все время дома с детьми. В Америке считается, что большинство женщин работают лишь из необходимости обеспечить себя и свою семью (al-Usra, Issue 61, 1419 AH).

Арабский поэт сказал:

«Что ты оплакиваешь дочь свою Лубну после того, как подавлял ее? Лубна ушла, что будешь делать теперь?»

Многие родители плохо обращаются с детьми, унижают, ругают их, а потом жалеют о своих действиях. Их горе может запоздать лет на 16!

Когда начинается гендерное различие?

Большинство детей осознают свою принадлежность к тому или иному полу уже в первый год жизни (Beal, 1993), а между 2 и 3 годами стараются следовать ожидаемой модели поведения. Около 3 лет поведение ребенка заметно связано с полом: девочки выбирают «девчачьи» игры, например в «дочки-матери», мальчики устраивают драки и выбирают в качестве игрушек машинки и солдатиков.

Важным фактором половой самоидентификации являются ранние детские воспоминания, осознание анатомических различий и психологическая реакция на это осознание. Более всего гендерная идентификация зависит от позитивного контакта с родителем того же пола. Большинство случаев женственного поведения мужчин и мужеподобия женщин вызваны именно проблемами в отношениях с родителями, а не сбоем гормональной системы.

Мальчика заставляет чувствовать себя мужественным сравнение с отцом, если, конечно, тот проявляет истинно мужские качества. Неважно, охотится ли отец на тигров, работает на конвейере или готовит ужин и меняет подгузники, – если взрослый мужчина проявляет себя в любой роли и при этом чувствует себя комфортно, то при хороших отношениях с сыном станет для него примером, и гендерное развитие ребенка с большой вероятностью будет правильным.

Отец, который сам чувствовал себя незащищенным в осознании своего статуса, может передать психологические проблемы сыну. Если отец отвергает домашние дела как «женские» и «немуж-

ские», то он не столько укрепляет свой статус, сколько демонстрирует свою неловкость. Ребенок интуитивно впитывает это и сам становится таким же неловким.

Девочка растет, мечтая быть женщиной, и готовится быть успешной в любой женской роли, признанной в ее культуре, неважно – крестьянки или сенатора. Для этого ей нужны любовь и похвалы матери.

Нет определенных требований для воспитания мальчика или девочки. В семье не должно быть преимуществ одного пола перед другим. Не надо спорить о «престижных» ролях: забота о детях и о доме заслуживает уважения так же, как работа в офисе, на фабрике, в социальной сфере.

С мальчиками и девочками надо обращаться хорошо, но не совсем одинаково: их надо учить определенному ролевому поведению, однако воздерживаясь от того, чтобы мальчик стал агрессивным эгоистом, а девочка – беспомощной и полностью полагающейся на мужчину. Всегда, когда девочки сталкиваются с препятствиями, их надо удерживать от излишней эмоциональности и плаксивости. Если с трудностями сталкиваются мальчики, нельзя поощрять их агрессию и склонность к насилию.

Мальчикам и девочкам вместо слишком красивых куколок или фигурок супергероев надо давать игрушки нейтрального пола. Рядом с игрушками должны быть конструкторы и детали

«Лего».

Не стоит придавать излишнее внимание одежде и прическам девочек и недооценивать важность этого же для мальчиков. И мать, и отец должны уделять одинаковое внимание внешнему виду дочери и сына. Одежда не должна мешать девочкам играть так же активно, как ее братья. Сына надо учить никогда не обижать девочку, даже в игре, а дочь – не позволять мальчику обижать ее и при необходимости защищать себя, а не плакать и убегать.

Мужественные женщины и инфантильные мужчины

Пророк высказывал крайнее неудовольствие инфантильными мужчинами и мужественными женщинами (аль Бухари).

Мужчина должен оставаться мужчиной, а женщина – женщиной. Им не надо имитировать друг друга. Каждая культура акцентировала различия между мужчинами и женщинами. Бог создал мальчиков и девочек отличными друг от друга, потому что их роли различны, но они дополняют друг друга. Это благодать, что мы разные: нас влечет друг к другу, и жизнь становится прекраснее. Мы не должны уничтожать эти различия и привлекательные непохожести.

Никто не может выиграть «битву полов» – слишком много объединяет нас с «условным противником». Радикальные феминистки, утверждающие, что женщины такие же жесткие и несгибаемые, как мужчины, и могут делать абсолютно все, что могут и мужчины, нанесли удар по западной культуре. Другие радикалы говорят: «Женщинам не нужны мужчины. Женщина нуждается в мужчине, как рыба в велосипеде. Все, что нужно обществу, ему способны дать одни женщины».

Подобные утверждения противоречат даже христианской доктрине. Сила мужчины – не в упрямстве и отстаивании «мужской позиции», но в уважительном, джентльменском обращении с женщиной. Муж может принять важное для семьи решение только после серьезной консультации с женой.

Коран говорит следующее:

Не желайте того, посредством чего Аллах дал одним из вас преимущество перед другими. Мужчинам полагается доля из того, что они приобрели, и женщинам полагается доля из того, что они приобрели. Просите у Аллаха из Его милости, ведь Аллаху известно о всякой вещи (4:32).

И мужчины, и женщины уникальны

- Сотня мужчин построит военный лагерь, но только одна женщина создаст дом (китайская поговорка)

«Сын Фемистокла своими капризами заставлял мать исполнять все его желания, а через нее и отца. Фемистокл подсмеиваясь над этим, говорил, что его сын самый сильный человек в Элладе, потому что эллинам дают свои веления афиняне, афинянам - он сам, ему самому - мать его сына, а матери – сын».

Плутарх

- Может ли мужчина полностью понять женщину? А женщина мужчину?

- Может ли мужчина выдержать агонию родов? Невозможно, ему и двух печеночных колик будет достаточно.

- Если бы у тебя был выбор учить мужчин или женщин, кого бы ты выбрал? Если учишь мужчин, образовываешь граждан, если женщин, – то образовываешь нацию!

Воспитание: мудрость пола

В настоящее время, воспитание детей во многих семьях – ответственность мамы, и папа помогает. Еще существует дисбаланс в уходе за детьми между мужчинами и женщинами. В США отцы посвящают семь часов в неделю уходу за детьми, в то время как матери посвящают 14 часов в неделю. Кроме того, матери проводят 18 часов в неделю за работой по дому и 21 час на оплачиваемой работе, в то время как отцы проводят 10 часов в неделю на работе по дому и 37 часов на оплачиваемой работе (научно-исследовательский центр Pew (Пью) 2013). Примерно 60 процентов из полных семей с детьми в возрасте до 18 имеют двух работающих родителей. В среднем отцы проводят больше времени на оплачиваемой работе и мамы проводят больше времени по уходу за ребёнком и домашними делами. Тем не менее, даже в семьях, где матери имеют аналогичные условия работы, что и отцы, они все же тратят гораздо больше времени на уход за детьми. Исследование, опубликованное в Family Relations в декабре 2013 года, исследующее матерей и отцов, которые имели похожие рабочие ограничения, обнаружило следующее:

- Когда их детям было 9 месяцев, матери тратили почти 70 процентов своего времени из среднего рабочего дня на уход за детьми, по сравнению с менее чем 50 процентами времени для отцов.
- Матери потратили больше, чем в два раза времени из воспитания детей на рутинные дела по уходу за ребенком (купание, кормление, смена подгузников), чем отцы, даже после того, как были высчитаны грудное вскармливание и сцеживание.
- Отцы взяли на себя больше роль помощника, чем основного воспитателя.

(Государственный университет Огайо 2013)

Работа и обязанности воспитания детей в двадцать первом веке уже не очерчены полом, но наличием и близостью, и она стала напоминать равную по возможностям задачу. Проблемы подгузников решаются «Кто учуял его первым» а не «Мой отец никогда не делал этого, так почему я должен?» – это аргумент прошлых дней.

Используя данные 1965 и 2011 гг., Исследовательский центр Pew сообщил в 2013 году, что отцы взяли на себя больше работы по дому и уходу за ребенком с 1965 года, в то время как матери увеличили время, затрачиваемое на оплачиваемой работе. Их роли, таким образом, сближаются. В 2012 году 64 процентов матерей в Великобритании работали, а 29 процентов матерей работали полный рабочий день (Департамент по вопросам образования 2014).

«Посидеть с ребенком» может соседская девочка-подросток, но никак не родной отец, поскольку он – полноценный участник процесса заботы о ребенке, хотя, конечно, чаще уделяет этому меньше времени. Возвращение матерей к работе привело к переоценке традиционных ролей в семье. Почему, когда оба родителя приходят домой с работы, кто-то садится и читает газету, а кто-то должен готовить и кормить, купать и укладывать детей? Эти проблемы сейчас решаются разделением обязанностей: один готовит ужин, другой - купает и укладывает. Даже прививание детям дисциплины стало более «честным», – матери уже не говорят: «Подожди, вот придет отец домой». Дисциплина основана на методе: «Кто увидел первым», снимая огромную ношу с плеч отцов.

Почему дисбаланс?

Женщины так аргументируют свою сосредоточенность на заботе о детях:

- Женщины не хотят раскачивать «семейную лодку» и вступать в конфликты.
- Женщины более включены в заботу о детях, потому что их так воспитывали, и в этом их биологическое предназначение.
- Т.к. общество все еще считает женщину главной ответственной за ребенка, то женщины не хотят снимать с себя эту ответственность.
- Многие женщины негативно относятся к разделению своих обязанностей, ведь это значит потерю полного контроля и необходимость делить с другим детскую любовь и привязанность,
- Некоторым женщинам не нравится, как партнер выполняет их работу.

Мужчины так объясняют, почему уступают детей женщинам:

- Я боюсь, что случится что-то ужасное
- Я не справлюсь с детскими проблемами и начну психовать
- Мать заботится лучше, я никогда так не смогу
- Если я буду проводить много времени с детьми, то не смогу сделать карьеру.
- Вполне достаточно, что мужчины дают детям хороший пример для подражания
- Общество пристрастно относится к выполнению мужчинами женских функций.
- Некоторых матерей настораживает повышенная активность отцов.

Однако нынешнее поколение мужчин тратит на заботу о детях больше времени, чем их собственные отцы, – модель поведения изменилась.

Мифы об отцах-сиделках

Вот лишь некоторые распространенные мифы об отцах, заботящихся о детях, и их соответствие реальности:

МИФЫ	РЕАЛЬНОСТЬ
Женщины в этой роли всегда лучше	Дети могут любить отцов так же, как и матерей
В течение первых лет жизни детям больше нужны матери, а отцы станут нужны позже	Отца так же чутко относятся к детям, как и матери
Главная роль отца – устанавливать дисциплину	Американские отцы иначе играют с детьми, чем матери: более активны, изобретательны и проводят больше времени именно за игрой (Parke 1996, Yogman 1981)
Отец зарабатывает на хлеб, он не должен проводить время с ребенком	Отцы – заботливые воспитатели: дети, проводившие много времени с отцами, показали прекрасные результаты тестирования
Детям надо быть более привязанными к матерям, чтобы вырасти здоровыми	Отцовский стиль воспитания очень влияет на социализацию ребенка
У меня не было близких отношений с отцом, и со мной все хорошо; стало быть, и моему ребенку не особо нужны близкие отношения со мной. Меня нельзя винить, что я редко бываю с детьми, так же вел себя мой отец	Мы ответственны за свои действия. Если наши родители не были примером для подражания, то мы должны искать лучшие примеры
Сделать карьеру – лучшее, что я могу дать семье	Хорошее состояние семьи важнее карьеры

Влияние отсутствия отца на детей

Исследования показывают связь между уходом отца-кормильца и следующим плохим поведением:

1. Нарко- и алкогольная зависимость
2. возросший уровень насилия
3. «гипермужественность» в мальчиках
4. антиобщественное поведение
5. сложность смириться с разводом или повторным браком родителей
6. отсутствие заботы о чувствах и нуждах других
7. понижение успеваемости в школе.

Разные потребности мальчиков и девочек

Никто точно не знает, природа или воспитание заставляют мальчиков и девочек иметь разные потребности. Тем не менее в некоторых обществах гендерные роли и поведение ассоциируются со строго оговоренными рамками поведения, особенно в бедных слоях, и всякий нарушающий эти правила должен быть наказан.

Ниже приведены некоторые хитрости, которые вдохновят мальчиков и девочек на разыгрывание социальных ролей (Friedman, 1998).

Что нужно маленьким девочкам

Уверенность в себе: девочкам часто нужно воодушевление словами, объясняющее то, что родители хотят в них развить: «Ты такая храбрая – сама забралась по ступенькам!» Девочкам важно знать, что они яркие и способные и что родители уверены в них. Девочкам надо давать больше возможностей быть лидерами, например, позволяя им выбирать, чем заняться, устанавливать правила игры, включать их в обсуждения. Девочка, которая научилась руководить, лучше готова к собственному образованию и карьере.

Самостоятельность: Важно, чтобы девочка чувствовала себя компетентной в том, что ей разрешили сделать самой, – донести кружку с соком, расчесать волосы или построить башню из кубиков. Девочке надо напоминать, что многие женщины работают и зарабатывают деньги, и надо быть готовой содержать себя. Родители могут продемонстрировать позитивные примеры работающих женщин, которые совмещают работу и семейную жизнь.

Пространственное мышление и координация: Девочке надо давать разные игрушки, включая машинки, кубики, водяные пистолеты, мячи, а также игрушки, на которые они могут забираться или на которых могут ездить.

Физические занятия: родители могут играть с дочками в активные игры (салочки, борьба). Даже девочки, еще маленькие для командных видов спорта, могут получить плюсы от лазанья на горке, пробежек, кувырков. Родителям нужно избегать «спасать» ребенка: надо воодушевлять ее становиться грязной, растрепанной и потной от лазанья по деревьям или игры в траве, и помочь ей вырасти над чувством «фу, гадость». Позвольте ей измазаться глиной или разодрать коленки, упав на финише.

Навыки принятия решений: Родители должны давать девочкам делать выбор и брать на себя ответственность за свои решения. Когда дочь станет ходунком, разрешайте ей самой выбирать, какую чашку или тарелку она хочет использовать или кого хочет пригласить поиграть.

Любопытство: Девочкам надо давать все возможности изучать свое окружение. Дом должен быть подстроен под их безопасное перемещение по нему. Родители могут брать девочек в путешествия «в мир» – в библиотеку, парк, зоопарк, супермаркет или места для молитвы. Родители могут попросить школу организовать выезды на фермы, фабрики, ремесленные мастерские, сады и другие места, интересные и познавательные.

Образ: Родители должны концентрироваться на достижениях ребенка, а не на его внешности. Лучше обращать внимание дочери на то, что она может сделать, а не как она мила в своем платьице. К примеру, можно похвалить: «Ты сделала замечательное сложное дело», - вместо: «Ты выглядишь сегодня как принцесса».

Навыки критического анализа: Если дети смотрят телевизор или фильмы, родители могут учить их критическому восприятию просмотренного. Можно обсудить, например, «традиционные» роли персонажей, или как именно телепрограммы соз-

дают образ полных девочек – представляют ли их как непопулярных, исключительно комичных, или же выглядят ли «красивые девочки» умными?

Способности к наукам: Девочкам надо давать все возможности изучать математику и другие точные науки. Хотя девочки готовы изучать мир и хотят этого, у них часто нет достаточного воодушевления или возможностей.

Будьте примером: Уважение к себе и другим женщинам, матерям, тетям и родственницам закладывает стандарт, которому девочка будет следовать. Уважительные отношения могут преодолеть традиционные стереотипы и помочь девочкам стать больше чем «конфеты, пирожные и сласти всевозможные».

Что нужно мальчикам

Мужской пример для подражания: Мальчики снова и снова проверяют себя на соответствие образу мужчины. Если в эру «отсутствующих отцов» у мальчика нет примера для подражания, он будет следовать навязанному поп-культурой, спортивными программами и телевидением образцу «мужественности», составленному из секса, насилия, спортивных достижений и материального достатка. Как воспитатели родители могут переосмыслить отношения женщин, мужчин и мальчиков. Мужчина должен экспериментировать с вещами, которые традиционно находятся в «зоне женщин»: делиться чувствами, оказывать эмоциональную поддержку, совершенствовать искусство разговора. Если мальчик приходит к отцу и говорит, что его кто-то обижает, то отец может представить аналогичный разговор между матерью и дочерью и, возможно, перенести ситуацию в данный диалог.

Физическая нежность. Маленькие мальчики нуждаются в объятьях не меньше, чем девочки, поэтому родители должны равно успокаивать малышей, когда те плачут, а не отмахиваться: «Не реви, ты же мужчина!»

Вербальные навыки: Родители должны часто разговаривать с сыном, даже в младенчестве. Их голоса создают ощущение покоя и помогут развить языковые навыки.

Размышление о других: Важно объяснить мальчикам, что некоторые их действия могут огорчить других людей. Когда девочка ведет себя плохо, ей обычно мягко говорят, что она мешает кому-то, мальчика же часто просто наказывают. Дети концентрируются на злости, а не думают о том, как их плохое поведение отражается на родителях или, например, товарищах по играм.

Навыки мирных решений конфликтов: мальчиков надо научить конструктивным путям разрешения споров и конфликтов. Если они дерутся, как делают многие ходунки, то родителям нужно объяснить, что драться не допустимо, и предложить другие способы выразить гнев.

Ответственность за свои действия: Важно избегать двойных стандартов. Если родители считают какое-то поведение неприемлемым для дочери, то они должны применить этот стандарт и к сыну тоже. Они не могут извиняться: «Ну, мальчики есть мальчики», чтобы оправдать грубость.

Выражение эмоций: Мальчиков надо поощрять выражать свои чувства, в т.ч. плачем. Если детей учат, что какие-то естественные эмоции проявлять недопустимо, они позже могут вообще не проявлять никаких чувств.

Реакция на гендерные различия

Родители могут помочь детям спокойно воспринять различия между полами. Взрослые могут смоделировать поведение, которому хотят научить детей, например, воспользоваться ситуацией, когда ребенок обратил внимание на то, что мать косит газон и водит машину, а отец убирает дом, готовит еду и моет посуду. Во многих странах женщины делают большую часть тяжелой работы (включая ношение воды).

Имеет смысл выбирать для ребенка игрушки без выраженных половых признаков. Ходунки перенимают модели поведения у товарищей по играм, поэтому стоит общаться с другими родителями.

Пол и темперамент: подмена понятий

Большинство родителей согласны с психологами, что не стоит жестко ориентироваться на определенную гендерную модель. И мальчики, и девочки должны быть настойчивы и мягки, интуитивны и рассудительны. Тем не менее, многие родители тревожатся, если ребенок ведет себя не как представитель своего пола, – например, если сын требует куклу Барби, а дочь отказывается надевать платье (Kessler и McKenna, 1978). Насколько все это серьезно? Что это значит?

Каждый из нас обладает собственным темпераментом. Темперамент – определенный способ реакции на то, что происходит вокруг. Темперамент в определенном смысле связан с вещами, которые нам нравятся и не нравятся. Некоторые дети интуитивно заинтересованы в других людях, легко идут на контакт глаз и отвечают улыбкой на улыбку; других легче заинтересовать визуальными объектами и звуками, их не оторвать от музыкальных игрушек.

Проблема возникает, если родители навязывают ребенку определенный стиль поведения. Многим девочкам нравятся хаос, шум, возня, но если девочка хочет быть физически активной и любит жесткие игры, родители могут посчитать ее «неженственной». Причина же просто в том, что ее темперамент требует высокого уровня взаимодействия с окружающей средой.

Перепутанные темперамент и гендерные роли вызывают больше проблем у мальчиков: они встречают больше негатива, если вовлечены в «девчачьи» игры, чем девочки, грающие в «мальчи-

шеские». «Баба» - куда более страшное клеймо, чем «сорванец». Дело в том, что «мужественность» имеет больший социальный престиж, нежели «женственность», и желание мужчины перейти в «низший» статус осуждается.

Родителям надо знать следующее:

- Обращайте внимание, насколько настораживающее вас поведение играющего ребенка заинтересованное и негибкое. Одно дело, если мальчик хочет попробовать поиграть с куклой Барби или примерить на себя женскую одежду, другое – если он пытается делать это снова и снова.

- В редких случаях, если ребенок очень несчастлив, он может говорить, что хотел бы другое тело, особенно гениталии. Родители должны разобраться, с чем связаны такие желания. Возможно, им понадобится даже профессиональная помощь.

- Родителям не надо путать темперамент и сексуальную самоидентификацию. Если ребенок несчастлив, удручен или встревожен, его надо отвести к детскому психологу.

- Наркотическая терапия опасна. Не стоит давать ребенку лекарства, лучше обсуждать с ним проблемы и пытаться найти решение.

- Не следует кого-то винить и связывать необычное детское поведение с какими-то действиями родителей.

Родители должны любить своих сыновей и дочерей. Дети преуспевают, если имеют прочные и продуктивные отношения с родителями, и когда родители хотят, чтобы их дети стали успешными, здоровыми и счастливыми людьми.

Девочки и мальчики учатся по-разному

«С дошкольного возраста мальчики и девочки воспринимают информацию на разном уровне, по разным причинам и с разной результативностью» (Gurian 2001). Мальчики больше заинтересованы в объектах, а девочки – в отношениях. В начальной школе мальчики проще найдут Францию на карте, девочки же легче выучат французский язык; мальчик повторит правильный ответ, девочка же напишет творческий отзыв. К сожалению, мальчиков и девочек до сих пор учат одинаково, что приводит к неверному поведению и ошибкам.

Многие плохие ученики могут исправиться, если мы признаем разницу между мальчиками и девочками, переучим себя, чтобы помочь учиться им. Успешные стратегии Майкла Гуриана созданы для того, чтобы превратить отстающих учеников в лучших. Его стратегия подойдет любому классу, т.к. он концентрируется на сильных сторонах мальчиков и девочек и дополняет их слабости.

Родители должны учить девочек роли лидеров, играть с ними в активные игры, использовать на благо их навыки письма, помогать освоить компьютер и совершенствоваться в этом, вдохновлять их вступать в математические и научные соревнования.

Мальчиков следует вдохновлять использовать их энергию для наведения порядка, физической помощи по дому, помогать им осознавать такие чувства,

как гнев, грусть и счастье, предлагать рассказывать истории и мифы, чтобы развить воображение и словесные навыки, разрешить любые физические движения (от объятий до акробатики), разрешать участвовать в улаживании конфликтов и тренингах общины.

Проблема раздельного обучения обсуждается давно. Но если мальчики и девочки учатся по-разному и требуют разных стратегий обучения в одном классе, почему бы не разделить класс для более эффективного обучения? Как мы можем применять две разные стратегии одновременно? Можно ли это сделать, и если да, то какова цена времени, денег и эффективности результата?

Мишель Гилберт (2007) рекомендует раздельные школы. Он исходит из того, что в США мальчики в школах отстают от девочек и чаще не заканчивают среднее образование. В колледжах на одного юношу приходится 2–3 девушки. В 1960-х годах, борясь с любой сегрегацией и пытаясь сломать стереотипы, было решено как можно раньше «перемешать» мальчиков и девочек, и если в 1965 г. в большинстве общеобразовательных школ в Америке были раздельные классы, то к 2000 г. уцелели единицы таких школ.

Смешанные школы нуждаются в единых программах обучения, контрольных мероприятиях и стандартах поведения, не принимающих во внимание гендерный фактор. В результате в наших школах «такой же как» превратился в «одинаковый». Но есть проблема: мальчики и девочки по-прежнему не одинаковы! Они не развиваются одинаково и в одно и то же время. Большинство родителей знают, что мальчики развиваются медленнее во всем, от расширения словарного запаса до восприятия наказаний, и даже в способности просто тихо сидеть.

Когда в США мальчик попадает в школу, он открывает мир, где главенствуют женщины, от учителей до директора. Процент учителей-мужчин в общеобразовательных школах сейчас наиболее низок за 40 лет. Девочки в классе быстрее читают, лучше контролируют свои эмоции, более «соответствуют» принятым образовательным и поведенческим стандартам. Мальчики предпочитают визуальное восприятие, у них не так развита моторика, как у девочек, которые справились с ней раньше. В «женском обществе» нет активности, соревновательности, выявления лидерства, которые так желанны мальчикам. Мальчики готовы сделать все, что угодно, только бы не выражать свои чувства.

Мальчиком сложно внимательно слушать в классе. Они часто игнорируют инструкции и ограничиваются оценками «удовлетворительно». Они в 3 или 4 раза чаще страдают от неразвитости, и у них вдвое больше шансов быть заклейменными неспособными к обучению. Многих наказывают за физическую активность, им часто даже не разрешают побегать в перерыве. Это приводит к тому, что мальчики не усваивают объем информации, часто сдаются, и у них вырабатывается ненависть к школе.

В начальной школе мальчики на 50% чаще остаются на второй год, из старшей школы их исключают в три раза чаще девочек. Мальчики из национальных меньшинств или семей с маленьким доходом страдают больше всего. Американская образовательная система производит легионы молодых людей, плохо подготовленных и не заинтересованных в дальнейшем образовании, хотя и прекрасно знающих, что это негативно скажется на их заработках. Это плохо и для мужчин, и женщин, и для экономического будущего страны.

Маргарет Мид вместе с другими антропологами доказала, что все процветающие культуры обучали мальчиков и девочек раздельно.

Из 90 000 общеобразовательных школ в

Америке менее чем 250 школ в 33 штатах выбрали раздельное обучение. Оно долго было популярно в религиозных и частных школах.

После того как классы в начальных школах Флориды стали раздельными, и мальчики, и девочки показали прекрасные результаты письменных тестов. Другие многообещающие эксперименты имели место в США, Канаде и Ирландии. Мальчики и девочки прекрасно справляются, когда разделены, не испытывают социального давления общих школ, исчезают проблемы с дисциплиной.

Позитивные результаты раздельного образования включают лучшие навыки чтения, достижения в изучении иностранных языков, освобождение времени для домашней работы и большее стремление учиться. Национальная Ассоциация попечительских советов в образовании (NASBE) в 2002 г. отметила, что в раздельных школах «самые большие позитивные эффекты среди девочек и среди представителей национальных меньшинства обоих полов».

Раздельное обучение

Планировалось, что округ Грин (штат Джорджия, США) станет первым из школьных округов, где будут только школы с раздельным обучением. Это случилось после многолетних провалов на экзаменах, большого количества исключений из школы и подростковых беременностей. Однако многие родители и учителя, отстраненные от обсуждения проекта, высказались против такого эксперимента, и он был свернут.

Директор школы Мак Каллоу сделал попытку разделить мальчиков и девочек хотя бы на отдельных уроках. Он исходил из того, что в этом случае мальчики не будут «выпендриваться» перед девочками, а те не будут стесняться «умничать» (Indiana Times, 2008).

Организовать раздельные уроки не так уж сложно. Если мы признаем, что мальчики и девочки учатся по-разному, то вправе ожидать, что при составлении программы обучения исходя из их нужд результаты будут более высокими. Сакс (2006) отмечает, что мы как нация не понимаем гендерных различий и из политкорректности делаем вид, что их вообще нет. В результате школы не помогают детям раскрыть потенциал. Мы отталкиваем девочек от точных наук и компьютерных технологий, а мальчиков – от изучения языков и искусства. Гурианан (2001) показывает, что мальчики воспринимают звуки не так, как девочки, а девочки более чувствительны к освещению. Мальчикам надо двигаться, они беспокойны, девочки же более прилежны и внимательны. Для соответствия этим различиям должны использовать-

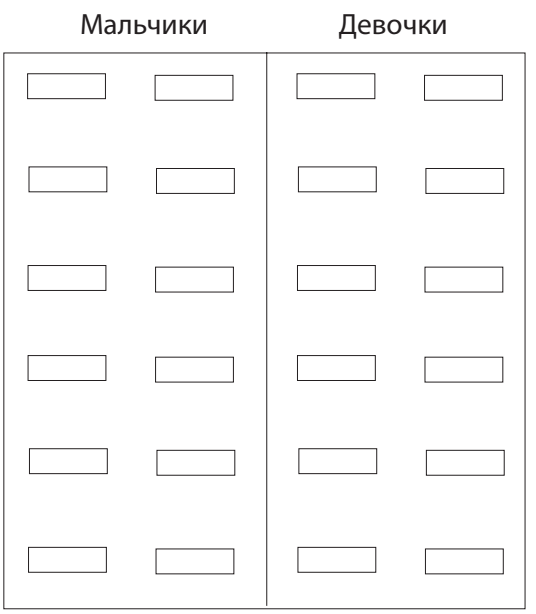
ся разные учебные техники (Chandler and Glod, 2008).

Мы рекомендуем следующую систему, успешно опробованную Международным исламским университетом в Малайзии (IIU). Она включает начальную, среднюю и старшую школы:

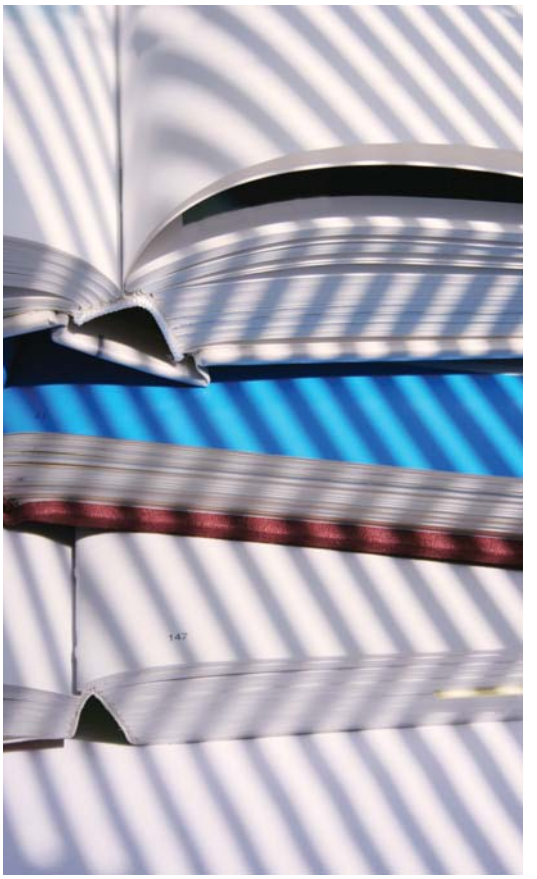
1. В детском саду и начальной школе (до 3-го класса) мальчики и девочки обучаются вместе, учителя - женщины.
2. с 4 по 6 класс мальчики и девочки

обучаются в одной школе в разных классах; если они обучаются в одном помещении, то рассаживаются отдельно. Дети играют вместе на переменах.

Предлагаемая рассадка в средней школе



3. 7–9 классы: раздельное обучение, учителя – предпочтительнее того же пола, что и ученики. Это возраст полового созревания (13-14 лет), когда дети активно экспериментируют и только учатся взрослеть. Опасно смешивать их, пока они не поймут серьезность сексуальных отношений.



4. 9–12 класс – исключительно раздельное обучение, учителя того же пола.

5. Университетское образование: мальчики и девочки обучаются совместно, но рассаживаются порознь.

Воспитание и пол с позиций Ислама

До появления Ислама в арабском обществе безраздельно господствовали мужчины; рождение девочки было едва ли не бесчестьем.

Когда кому-либо из них сообщают весть о девочке, лицо его чернеет, и он сдерживает свой гнев (16:58).

Согласно Корану, любое потомство – это дар Всевышнего, и не важно, если в семье все дети - сыновья или одни лишь дочери.

Пророк говорил: «Кто имеет трех дочерей или сестер, или двух дочерей или двух сестер, и живет с ними добродетельно, учит их страху перед Аллахом, тот войдет в Рай» (Аль Бухари и Муслим)

О люди! Воистину, Мы создали вас из мужчины и женщины и сделали вас народами и племенами, чтобы вы узнавали друг друга, и самый почитаемый перед Аллахом среди вас – наиболее богобоязненный. Воистину, Аллах – Знающий, Ведающий (49:13).

Все человеческие существа произошли от одного мужчины (Адама) и женщины (Евы).

Пророк не делил социальные роли на мужские и женские, он ставил на первое место нравственный ориентир: «Лучший из вас тот, кто лучший для своей семьи, и я - лучший из вас отношением к своей семье» (Аль-Тирмизи и Ибн Маджа)

Аиша и Умм Салама говорили, что Пророк не гнушался «женскими» делами, - сам зашивал одежду, чинил обувь и выполнял любую работу по дому (Ахмад)

Коран закрепил за отцом долг обеспечивать материальную и эмоциональную поддержку матери и ребенка. Более того, Пророк награждал высшим почетом не отцов, но матерей:

Рай находится у ног матери (Ахмад аль-Наса'и и Ибн Маджа)

Ислам ясно и твердо отвергает сексуальные отношения до свадьбы. Это правило существует для защиты семьи и общества от болезней и деградации. Ислам не делает уступок в этом вопросе и закрывает все возможности для незаконных сексуальных связей (алкоголь, наркотики, флирт, обольщение). Когда братья и сестры достигают возраста 10 лет, они должны спать отдельно во избежание сексуальных искушений.

Пророк сказал: «Велите вашим детям молиться, когда им исполнится семь лет, и принуждайте их к этому, когда им исполнится девять. И разделяйте их в постелях» (Ахмад, Абу Давуд).

Ислам готовит девочек к роли матери, заботе о ребенке, но также и к работе за пределами дома и общественной деятельности (включая военную подготовку). Женщины сражались рука об руку с Пророком. После достижения детьми определенного возраста матери должны активно участвовать в общественных делах (формально или неформально, с полной или частичной занятостью, на условиях оплачиваемой

работы или волонтерства). Следует всемерно задействовать их профессиональную подготовку, опыт, образование.

Современная культура лояльна к смене гендерных ролей. Например, во времена Пророка мужчины носили длинные волосы. На Западе в середине XX века мужчина с длинными волосами мог испытывать проблемы с получением работы, но в XXI веке на длину волос обращают мало внимания. В прошлом мужчины брались за работу, требующую значительных физических усилий; теперь, однако, многие важные виды деятельности не требуют физической подготовки, работу выполняют станки. Женщины могут управлять машинами, делать расчеты, контролировать электронные устройства. И мужчины, и женщины могут работать в области образования, ресторанного обслуживания, быть сиделками, секретарями, заниматься информационными технологиями и отельным менеджментом. Когда речь идет об одежде, и мужчины, и женщины могут надевать джинсы и брюки. Более того – в некоторых мусульманских странах брюки являются традиционной женской одеждой.

Мужчины и женщины могут многому научиться друг у друга. И те, и другие имеют и мужские, и женские гормоны, только в разных пропорциях. Это вовсе не удивительно, если мы проанализируем следующие аяты:

Ваши жены – одеяние для вас, а вы – одеяние для них (2:187).

Господь их ответил им: «Я не погублю деяния, совершенные любым из вас, будь то мужчина или женщина. Одни из вас произошли от других» (3:195).

Он создал вас из одного человека (39:6).

Коран выносит такой вердикт в отношениях между полами:

Не желайте того, посредством чего Аллах дал одним из вас преимущество перед другими. Мужчинам полагается доля из того, что они приобрели, и женщинам полагается доля из того, что они приобрели. Просите у Аллаха из Его милости, ведь Аллаху известно о всякой вещи (4:32).

Коран адресован всем людям. В некоторых случаях, когда речь идет о специфических ролях, он обращается к мужчинам или женщинам по отдельности. Но, вне всяких сомнений, Коран награждает и мужчин и женщин уважением и честью.

Божественный путь – лучший путь

Создатель мира предоставил нам все в нужной мере. Когда мы пытаемся вмешаться в Божественные законы природы, мы создаем хаос. Один из примеров – Китай, где государство вынуждало семьи ограничиваться только одним ребенком. Это привело к созданию общества, где доминируют мужчины, т.к. люди предпочитают, чтобы их единственный ребенок был мальчиком, чтобы помогать семье. В течение нескольких десятилетий люди ждали мальчиков и избавлялись от девочек. Этот ужасающий дисбаланс заставил государство прекратить «антиприродный» эксперимент и позволить семьям самостоятельно планировать число детей. Коран объясняет Божественный закон творения так:

> *Аллаху принадлежит власть над небесами и землей. Он творит, что пожелает. Он одаряет, кого пожелает, потомством женского пола, а кого пожелает – мужского.*
> *Или же Он сочетает потомство мужского и женского полов, а того, кого пожелает, Он делает бесплодным. Воистину, Он – Знающий, Всемогущий (42:49-50).*

С Адама и Евы баланс полов существует естественным образом, исходя из замысла Творца.

Нацисты пытались «улучшить» отдельные качества человека. Их евгеническая программа имела целью создание «сверхчеловека». Результатом стал позорный провал.

Агнивеш (2005) рассказывает, что в Индии стремление избавиться от девочек привело к пугающей гендерной яме, и мужчин стало на 50 миллионов больше, чем женщин. Если раньше девочек убивали после рождения, то ультразвуковые исследования перевели проблему в плоскость абортов. В попытках прервать эту ужасную практику государство запретило узнавать пол будущего ребенка с помощью ультразвука.

Практики избавления от девочек были особенно распространены среди бедных и необразованных классов, которые не могли обеспечить невест необходимым приданым. Однако сейчас аборты стали частыми и среди богатых и образованных и явно растут с уровнем образования: самый низкий – у женщин с 5-ю классами, самый высокий – среди женщин с университетским дипломом. Невест же привозят из нищих Бангладеш и Непала или из бедных областей Индии, где племена продают девочек для брака за 200 долларов – в то время как буйвол стоит 1000 (Huges с соавт., 1999). К сожалению, во многих местах Индии рождение сына бурно празднуют, а дочери – так же бурно оплакивают.

Задания

Задание 41: Родительское обсуждение

Соберите несколько отцов и матерей и обсудите тему: «Как вырастить хорошего ребенка»; обменяйтесь опытом, и позитивным, и негативным.

После вечеринки у нас дома родители начали обсуждать, как вырастить хороших детей. Было высказано много ценных предложений из собственного опыта. В конце один мудрый родитель сказал: «Все, о чем мы тут говорили, важно, но недостаточно, потому что только с Милостью Всевышнего, изливаемой на наши семьи, наши дети не станут разочарованием». Родители пришли к следующему выводу: не важно, сколько усилий вы прилагаете; вы всегда должны объединять свои знания и навыки с просьбой о Милости Божией, прося Его помощи в решении высокой и сложной задачи воспитания.

Чтобы вырастить ребенка, нужны семья, деревня, умма и милость Всевышнего. Соединение всего этого, а не изоляция родителей, и есть ответ.

Задание 42: Благодарю тебя, Боже, за то, что я есть!

Хвала Аллаху, Господу миров!

Учите детей повторять следующее:

Я благодарю Бога за все хорошее, что Он дарует мне.

Я благодарю Бога за то, что Он создал меня человеком.

Я благодарю Бога за то, что Он создал меня девочкой (или «…за то, что он создал меня мальчиком»).

Я благодарю Бога за то, что он создал меня черным, белым, коричневым или желтым.

Я благодарю Бога за то, что я есть!

ГЛАВА 13

Секс и сексуальное воспитание: что говорить детям?

- Введение
- Что такое сексуальное воспитание?
- Американский опыт
- Восприятие матерей и дочерей в США
- Ценности и секс: вчера и сегодня
- Зачем детям сексуальное воспитание?
- Чему учить детей?
- Сексуальное злоупотребление: насколько это серьезно?
- Авраамические традиции запрещают внебрачную связь и измену
- Логическое обоснование наказания блуда и измены
- Болезни, передающиеся половым путем
- Отношения «мой парень – моя девушка»
- Дети имеют детей: аборт и усыновление в Исламе
- Гомосексуальность и родители
- Сексуальное воспитание в Исламе
- Долг родителей по отношению к детям
- Секс и гигиена
- Подростки и воздержание
- Исламское решение сексуальной дилеммы: карта превентивных мер
- Дилемма: система образования против раннего брака
- Защита детей от сексуального надругательства
- Учебный план для мусульманского сексуального образования
- Задания

Введение

Сексуальное образование – проблема первостепенной важности и огромного значения. Большинство родителей чувствуют себя очень некомфортно, когда обсуждают вопросы о сексе, предпочитая предоставить сексуальное образование своих детей школам и посторонним людям. Если человек физически здоров, то рано или поздно он включается в сексуальную жизнь. Однако ранний, внебрачный и незащищенный секс приводит к трагедиям. Болезни, передаваемые половым путем, способны поразить супругов и детей заразившегося.

Наш Создатель запретил внебрачную связь и измену *(zinā)*. Сексуальная распущенность приносит болезни, поэтому главное правило – секс должен быть связан с браком. Родители должны принимать активное участие в сексуальном образовании своих детей.

Что такое сексуальное воспитание?

Люди по-разному воспринимают сексуальное образование, подразумевая под этим сведения об анатомии и психологии человека, сексуальный опыт, создание семьи и рождение детей, предупреждение болезней и нежелательных беременностей. Может, попытка дать детям сексуальное образование равнозначна разрешению заниматься сексом? Учитель однажды сказал: «Я не планирую говорить детям, надо ли им начинать заниматься сексом или как это делать. Но в том случае, если они это сделают, надо, чтобы они знали, как предотвратить болезни и беременности».

Большинство программ сексуального образования не закончены и избегают вопросов морали, сексуальной дисфункции, отклонений и брака. Обычно в таких программах затрагиваются два основных вопроса. Один – чистая физиология, развенчание подростковых страхов, и долг родителей – проинформировать вступающих в период созревания детей о о менструации и семяизвержении. Второй базовый вопрос – информация, как сексуальной активным молодым людям избежать нежелательных беременностей и абортов. Такая информация поможет уберечь их от опасности.

Программы многих школ весьма отрывочны, во многих учебных заведениях сексуальное образование стало частью курса этики и социального образования. Но отказ от посещения таких уроков вашим ребенком ничего не даст, потому что вопросы полового воспитания могут обсуждаться на занятиях по английскому языку, истории, физкультуре, религиозному воспитанию. Секс стал неотъемлемой частью жизни.

Большинство программ сексуального образования не ориентированы на счастливую и полноценную жизнь в браке, поэтому у многих супругов возникают проблемы из-за недостатка знаний и навыков. Расхожее представление, что «мужская способность возбудить

и удовлетворить супругу придет естественно», ошибочно. Знание того, как создать счастливый брак – неотъемлемая часть образования. Жаль, что такое образование не дается в подростковом возрасте.

Если ваши подростки стали проявлять сексуальную активность, вы будет последними, кто узнает об этом. Дети, скорее всего, будут держать это в секрете. Поэтому родители должны понимать, что придется помочь детям, даже не зная об их реальных проблемах.

Американский опыт

В большинстве американских школ учителя объясняют технические аспекты секса, но ничего не говорят детям о моральных ценностях и о том, как при необходимости принять правильное решение. После краткого объяснения вопросов анатомии и психологии отношений основной упор делается на венерических заболеваниях и подростковой беременности. Опасность СПИДа актуализировала разговоры о «безопасном сексе», сводящемся к использованию презервативов. Некоторым школам платят деньги за распространение противозачаточных средств. В некоторых школах и университетах стоят автоматы, продающие презервативы.

Роль родителей в сексуальном воспитании минимизирована, а где-то вообще исключена. Если мальчики спрашивают отца о сексе, тот часто уходит от ответа и меняет тему, и дети узнают о сексе от посторонних. Некоторые советы школьных учителей не могут быть приемлемыми из-за различия религиозных принципов.

Д-р Шахид Асар обратил внимание на некоторые ошибочные советы учителей по поводу проявления детской сексуальности:

1) некоторые учителя считают, что маленьким (до 5 лет) детям полезно знакомиться с обнаженным телом, например, в душе или спальне, – это повод задавать вопросы и получать ответы. Однако исходя из исследования 1997 г., 75% из 500 000 зафиксированных за год случаев сексуальных посягательств на детей совершены близкими родственниками (родителем, приемным родителем, другим членом семьи) именно в домашней обстановке (Abel с соавт. 2001).

2) учителя и воспитатели склонны снисходительно относиться к демонстрациям детьми гениталий, изучению друг друга и «наивным открытиям». Однако граница между «наивными открытиями» и сексуальным контактом весьма размыта: так, известен случай, когда 12-летний мальчик изнасиловал 8-летнюю девочку.

3) некоторые учителя считают, что детей, пойманных за чтением «грязных» журналов, не надо заставлять чувствовать себя виноватыми,- такие случаи следует использовать для разговора о сексуальных отношениях и семейных ценностях. Это вопиющая ошибка! Многие подобные

журналы содержат посыл, что секс - это лишь предмет потребления, а женщины – игрушки для мужчин. На деле чувство вины отнюдь не вредно, если заставляет сожалеть о содеянном и исправляться. Раскаяние через осознание вины – проверенный воспитательный прием, направленный на самооценку поведения и проявление чувства ответственности.

4) иной раз учителя рекомендуют не сдерживать сексуально активного подростка, но направить усилия на его просвещение в вопросах контрацепции и предохранения от венерических заболеваний. Подобные учителя не понимают, что давать информацию о сексе – значит давать и разрешение им заниматься. Если кому-то рассказать о форме, цвете, запахе и вкусе нового фрукта и описать удовольствие от его поедания, разве человек захочет попробовать лакомство? Родители должны быть инициаторами обсуждения недопустимости ранних сексуальных отношений. Темой для подобного разговора могут быть нежелательные беременности среди знакомых, вульгарная реклама, распутная музыка или телевизионные программы.

Правда или нет?

Чем больше они знают, тем больше они делают!

Сексуальное «образование» в американских школах не уменьшило число венерических заболеваний или беременностей среди подростков и не изменило их сексуальных привычек. К сожалению, походы в церковь тоже не сильно помогли (Athar, 1990).

Если бы ваши дети и не ходили в школу на уроки биологии, они все равно рано или поздно узнают о сексе, и роди-

тели должны быть к этому готовы. Школы обычно дают простые биологические знания и информацию о контрацепции. Многие родители, причем не только мусульмане, считают, что отношение к вопросам секса, проповедуемое в государственных школах, не соответствуют вероучению, и советы по контрацепции могут лишь способствовать сексуальной распущенности подростков. Однако данная информация действительно важна для молодых людей.

Многие мужчины, и мусульмане, и немусульмане, удивляются, обнаружив, что у их жен есть какие-то сексуальные потребности: мужчин часто учат, что задача женщины – удовлетворение мужчины, но никто не говорил им, что удовлетворение женщины – такая же необходимость, причем требующая определенных навыков. Мужчинам приходится буквально изучать женское тело, его реакции, и на своем опыта понимать, что женская неудовлетворенность приводит семью к жестоким испытаниям.

Большинство родителей не хотят, чтобы их дети «спали со всеми подряд»; но когда подростки выходят из-под постоянной опеки, у взрослых не оказывается никаких инструментов контроля. Хотя чистота – один из способов защитить подростков, то неведение, которое родителям так хотелось бы сохранить, исчезает на детской площадке уже к 10 годам. Дети черпают интересующую их информацию из Интернета и телевизора, и их сексуальные «знания» вполне могут превышать родительские.

СПИД - одна из главных причин смертей в Таиланде

В 2001 г. СПИД стал главной причиной смертности в Таиланде, его статистике уступили несчастные случаи, сердечные приступы и рак. Заместитель министра здравоохранения Сурапонг Суибвонг-ли не назвал конкретных цифр, но отметил, что реальное количество жертв ВИЧ занижено, потому что в деревнях многие родственники умерших не сообщают настоящую причину смерти.

«Деревенские жители объясняют многие смерти не от несчастных случаев просто остановкой сердца. Это привело к ошибочному мнению, что большинство тайцев умирают от сердечной недостаточности. Но мы провели новое исследование и выяснили, что основная причина смертей в сельской местности - это СПИД». Офис программы «ООН против СПИДа» (UNAIDS) в Бангкоке отмечает, что смертность от СПИДа начала расти из-за тех тайцев, кто был инфицирован еще в начале эпидемии 10 лет назад. Предположительно один миллион человек из 60 миллионов населения Таиланда инфицированы ВИЧ, и треть из них уже умерли (AIDS Education Global Information System).

Почему успешный профессор решил покинуть США?

Профессор Международного исламского университета в Малайзии (IIUM) рассказал: его сын, третьеклассник государственной начальной школы в Мичигане, однажды пришел домой и в подробностях рассказал о «перформансе» полного сексуального акта, устроенном его одноклассниками с девочкой из школы. Это заставило профессора упаковать чемоданы и с пятью детьми покинуть Америку. Результатом «нейтрального» сексуального образования стало поколение, вовлеченное в секс случайно, бессистемно. Превалирующая культура сделала секс привлекательным, доступным и допустимым.

Восприятие матерей и дочерей в США

Подростки испытывают серьезные сомнения в выборе модели сексуального поведения, и им не достаточно помощи родителей и учителей. Вот некоторые высказывания девочек-подростков:

Сельма, 16 лет: «Я не могу разговаривать с матерью о сексе. Если я о чем-то спрашиваю, она не отвечает, но начинает выпытывать, почему меня это интересует: «Зачем тебе это знать?» настаивает она, «говори, или…»
Джульетта, 14 лет: «Мама считает, что незнание сохраняет чистоту. Она приходит в неистовство, если я спрашиваю ее о сексе. Она говорит «Твой муж научит тебя всему, что ты должна знать о сексе».
Луис, 18 лет: «Я получаю противоречивую информацию от родителей. Один говорит: «Не делай этого, попадешь в беду!» Другой говорит: «Посей дикие семена, пока молодая». Я бы хотела, чтоб они разобрались между собой. Если секс - это хорошо, разрешите нам это делать. Если это плохо, не соблазняйте, не провоцируйте и не путайте».
Джошуа, 15 лет: «Отец настаивает, чтобы мы всегда были честными. Но его честность заканчивается на вопросах секса. Именно здесь моя искренность не приветствуется».
Джонатан, 22 года: «Для парней в колледже секс - признак зрелости и мужественности. Для девушек – защита от непопулярности и одиночества».
Дилемма секса так сформулирована подростком: «Если я вижу комедию, я могу смеяться, если трагедию, - то плакать, если что-то меня бесит, - могу закричать, но если я вижу нечто, что возбуждает меня, то что мне делать?»

Эти реплики свидетельствуют о том, что правильное сексуальное образование может служить противовесом невежеству. Общество не может пассивно позволять улице и экрану устанавливать свои сексуальные стандарты и ценности.

Ценности и секс: вчера и сегодня

Сейчас намечается определенный конфликт ценностей. Некоторым родителям кажется, что пришло время принять новую реальность: они беспокоятся о венерических заболеваниях, беременностях и разрушенной репутации и надеются избежать этого с помощью объективного сексуального образования. Одни дают детям информацию и средства контрацепции, другие с негодованием отвергают эти меры, считая, что контрацептивы могут вдохновить на внебрачный секс, и даже разговор о сексе считают признаком дурного вкуса. Они знают, что общество не может стимулировать подростковый секс, потому что он вызывает ранее эротическое пробуждение и ставит под угрозу ответственные отношения. Главная задача юности – получить знания и подготовить себя к добродетельному взрослению и семейной жизни.

Один родитель сказал: «Только если мы, взрослые, будем определенным примером и станем вести себя соответственно, у нас будут такие дети, как мы хотим».

И в жизни, и в литературе есть сексуальная мораль. В США и многих других странах секс больше не запретная тема, ему учат в школе и обсуждают дома. В этих обществах считается нормой, если демонстрация соблазнов заставит молодежь поддаться им, поэтому мальчиков подозревают, а девочек сопровождают.

Мальчики сейчас имеют машины, девочки - свободу. Можно ли ожидать соблюдения моральных правил в условиях максимума соблазна и минимума контроля?

В прошлом девушки настаивали на сохранении девственности и могли позволить особо настойчивому бойфренду лишь объятия и петтинг. Это был компромисс с совестью и обществом. Сейчас многих подростков подталкивают к тому, чтобы усомниться в действенности подобного компромисса. Мальчики принимают это, потому что телевизор, фильмы и журналы оставляют их возбужденными, а девочки – потому что иначе их назовут недотрогами.

Девушки в колледже находят, что очень трудно оставаться девственными: парни отказываются встречаться с ними «просто так», а подруги считают старомодными. Те, кто серьезно хотят «сохранить себя для брака», могут оказаться в социальной изоляции. При таком давлении девственница может и задуматься о своей нормальности. К сожалению, многие девушки соглашаются на секс под давлением, а не по собственному желанию. Раньше девушка могла использовать страх беременности в качестве защиты чистоты; сейчас этот аргумент не актуален: контрацептивные средства продаются в супермаркетах, а некоторые школы и церкви распространяют презервативы бесплатно.

Во время визита отца в колледж 18-летний Джейсон сказал ему: «Я узнал настоящую разницу между мальчиками и девочками. Девочки играют с сексом, чтобы получить любовь; мальчики играют с любовью, чтобы получить секс. Моя философия – люби их и оставляй их». Отец спросил: «Что будет с девушкой после того как ты и твои друзья полюбили и оставили?» «Это не моя проблема», – ответил сын. «Подумай об этом. На Востоке говорят: если ты спас человека от смерти, ты ответственен за его жизнь. Если ты разработал целую стратегию, чтобы вовлечь девочку в любовь, это не ее, а твоя проблема» – сказал отец.

Отец Джейсона настаивал на главных принципах: честность и ответственность относятся ко всем отношениям.

Все ситуации, простые и сложные, социальные и сексуальные, требуют честности и ответственности.

Зачем детям сексуальное воспитание?

Подростки хотят узнать о сексе все. Они хотят разобраться с собственной сексуальностью. Они сбиты с толку и требуют адресных и конкретных ответов. Если есть возможность обсуждать секс серьезно, то и подростки будут говорить свободно.

Вопрос в том, нужно ли предлагать подросткам сексуальное образование? Часто это приходит слишком поздно - секс уже «выучен» на улице, в школе и в Интернете. Дети учатся сексу по картинкам и словам, грязным и вульгарным. Экран и улицы стали источником бесконечного потока дезинформации. Продавцы без стеснения предлагаю возбуждающую продукцию, не по годам развитые товарищи рассказывают про свой опыт, реальный и выдуманный, а родители и учителя боятся поделиться нужной информацией, потому что якобы «рано».

Сексуальное образование делится на 2 части: информация и прививание ценностей. Информацию следует получать у специалистов, ценности же усваиваются дома. Не все вопросы о сексе вызваны жаждой знаний; некоторые дети хотят просто смутить родителей провокационными вопросами. Нельзя ждать, что родители будут объективными, все знающими и откровенными в ответах на вопросы о сексуальности. И тем не менее следует оставаться честными, поощряя подростков к вопросам. Честные ответы могут облегчить понимание между поколениями. Взрослые смогут возвратить веру в юность, а подростки поймут, что, несмотря на разницу в возрасте, родители действительно беспокоятся о том, чтоб у них все было хорошо, и делятся с ними общечеловеческим ценностями.

Так нужно ли детям сексуальное образование? Учат ли утят плавать или

просто опускают в воду, и они плывут? Тысячи лет мужчины и женщины занимались сексом без специального образования. Во многих цивилизациях сексуальные отношения начинают путем проб и ошибок только после свадьбы. Но иметь десять детей – не доказательство любви. Правильное сексуальное образование необходимо для того, чтобы создать счастливую семью.

Кто должен учить этому? У каждого своя роль. Долг отца – отвечать на вопросы сына, а матери – на вопросы дочери. В семье старшая сестра имеет

обязанность перед младшей, старший брат – перед младшим. Мы не можем полагаться на сексуальное образование в школе или через СМИ и должны дополнить даваемую ими информацию моральными аспектами. Учителя воскресной школы, семейный врач, педиатр, хорошо проинформированный имам, духовник – все они могут быть включены в воспитательный процесс.

Родителям не стоит молчать о сексе. Умолчание дает детям неверное послание: дети смущены противоречивыми фактами, которые получают от чужих людей и сверстников, и развитие их сексуальности не должно оставаться бесконтрольным.

Мы должны быть реалистами. Родители, которые стараются оградить детей от информации о сексе, просто стучат головой в кирпичную стену. Их детям, безусловно, лучше учиться у знающих и ответственных взрослых, которые постараются преодолеть все смущения и нежелательное влияние среды.

Коран и Пророк обсуждают вопрос секса легко и мудро. Секс - не грязное слово, это важный аспект человеческой жизни. Пророк уважительно обсуждал со своими сподвижниками разные аспекты их сексуальной жизни. Одна из причин, почему мусульманские родители не говорят про секс, заключена в их собственном воспитании.

Чему учить детей?

Многие родители готовят дочерей к первой менструации, а мальчиков - к ночной поллюции; некоторые же ничего не говорят детям, что вызывает у подростков страх и волнение. Любые непонятные выделения, а тем более кровотечения могут быть стать поводом для паники, но дети будут слишком напуганы и смущены, чтобы рассказать об этом.

Одна девочка месяцами пыталась справиться с кровотечениями с помощью носовых платков, думая, что серьезно больна, но была слишком испугана, чтобы к кому-либо обратиться за помощью, пока учитель не обратил внимание на ее запачканную кровью одежду.

Некоторым матерям надо подумать о собственном отношении к менструации, прежде чем обсуждать ее с дочкой. Будет полезным, если про это что-то узнает и мальчик: став молодым мужем, он будет видеть, что жена страдает от боли, предменструальной смены настроения. Глупо считать естественные процессы в организме позорными и обращаться с девочкой в это время как с отверженной.

Пророк советовал не ранить женщин в период менструации, изгоняя их или заставляя чувствовать себя «нечистыми». Стоит избегать только полноценного полового акта, но при соблюдении гигиены пара может получать удовлетворение как им нравится.

Превалирующее отношение к сексуальному воспитанию в Америке такое: подростки все равно займутся сексом, и надо просто помочь им делать это безопасно. Моральные аспекты мало кого интересуют, а если о них и вспоминают, то без связи с религиозными доктринами. Смешанное обучение исключает природную скромность молодых людей; даже в классах с раздельным обучением детей практически вдохновляют экспериментировать с сексом и дают советы о поцелуях и мастурбации как части «естественного» исследования сексуальности. Мусульманские дети, которые никогда не обращались к подобной теме, могут слишком стыдиться, чтобы спросить своих родителей.

Сексуальное злоупотребление: насколько это серьезно?

Ислам относится к любой сексуальной связи вне брака (*zinā)* как преступлению против морали и религии. Некоторые считают, что внебрачные дети более разрушительны для общества, чем, например, убийство.

Супружеская измена обесценивает человеческое достоинство и общение. Блуд и измена – главные грехи, наказываемые Всевышним и в этой, и в загробной жизни.

Ислам считает блуд и измену не только личными грехами, но вызовом обществу. Если быть к ним снисходительными, то они разрушат основу общества - семью. Известно определенное шариатом наказание блуда и измены – публичная порка в 100 плетей. В древности в этих действиях видели такую угрозу обществу, что побивали виновных камнями (например, Втор. 22:23-24)). Избиение камнями, однако, не описано в исламских источниках, и многие ученые отрицают юридическую правомерность такого действия. Обвинение в блуде и измене нуждается в свидетельстве четы-

рех здоровых взрослых мусульман, что, с одной стороны, обеспечивает защиту личности и чести подозреваемого, а с другой, - подтверждает важность судебного рассмотрения таких деяний. Наличие менее чем 4 свидетелей, на которых можно положиться, недостаточно для доказательства, и суд может обратиться к тесту ДНК. В то же время измена, совершенная при 4-х или более свидетелях, есть публичная пропаганда зла в обществе, а не тайное личное удовлетворение.

Кроме того, измена – это нарушение договорных отношений. Более половины первых браков в США заканчиваются разводом в первые же 2 года, и главная причина – связи обоих супругов на стороне. Многие люди не обращают внимания ни на Библию, ни на Коран. В Библии сказано: «Ты не должен совершать измены», в Коране: «Не приступай к измене», что значит, что не только само действие незаконно, но надо избегать всего, что ведет к этому. И мужчинам, и женщинам предписывается определенная одежда, чтобы защитить их от вожделения другими.

Отношение общества к вопросам секса более показательно, чем словесные декларации. Мы имеем недостаточно примеров морального совершенства. Думающие подростки смущены парадоксом: с одной стороны, общество зациклено на сексе и деньгах, секс рекламируется как удовольствие и веселье; с другой стороны, общество утверждает, что верит в добрачное воздержание. Но если общество разрешает стимуляцию сексуальных отношений, оно не может предотвратить блуд. Многие молодые люди усваивают псевдолиберальные идеи: мол, любить - это значит состоять в сексуальных отношениях с кем угодно, вне зависимости от недостатка ответственности. Это приводит к беспорядочным сексуальным связям и разводам.

Натали, 19 летняя студентка-второкурсница, объясняет дилемму:

«Мои родители и я придерживаемся правила: никаких глубоких вопросов, никаких настоящих ответов. Они и вправду не хотят знать, что происходит со мной, и я ничего им не рассказываю. Я хорошая девушка с общепринятой моралью. Во-первых, мне трудно найти парня, который будет меня любить по-дружески. Мне нравится ходить на свидания. Первые встречи всегда приятны. Потом начинается давление: тебя приглашают на вечеринки с алкоголем и марихуаной. И само собой разумеется, что ты пойдешь с ним в постель. И они говорят: «Согласись, и мир тебе улыбнется. Нет – будешь плакать одна». Поэтому я полна чистоты и слез. (Faber и Mazlish, 1982)

Ужасным результатом становится то, что некоторые дети не могут отличить плохое от хорошего. США испытывают проблемы со СПИДом, с наркотиками, с насилием, и проблемы не уйдут, пока школы не вернут себе задачу воспитания характера. Школьная среда должна создать моральное окружение, которое дополняется родительской помощью. Школы, которые не побоятся укреплять и практиковать добродетель, будут куда успешнее в создании здорового общества, чем армия докторов, консультантов, полиции и социальных работников.

Авраамические традиции запрещают внебрачную связь и измену

Следующие обстоятельства, все или по частям, присутствуют в современном молодом поколении:

Парень-девушка – соблазн и обольщение – добрачные сексуальные связи – потеря чести и девственности – нежелательная беременность – (аборт, принудительный ранний брак, внебрачные дети) – бедность и страдания – разрыв семейных уз – болезни – смерть!

Сексуально распущенный человек рискует заразиться венерическими заболеваниями и СПИДом и передать эти болезни своему супругу. В случае беременности эти заболевания могут передаться и ребенку, он может родиться слепым или недоразвитым. Если передан СПИД, то человек в ответе за медленную и полную боли смерть своей жены, ребенка, себя самого.

Измена может коснуться и детей. Многие мужчины избегают ответственности за своих внебрачных отпрысков. Женщина, изменяющая мужу, может зачать от другого мужчины, и если даже она скроет этот факт ото всех, то никог-

да не скроет от своей совести. Ребенок может никогда не узнать своего отца. Настоящий отец не сможет заботиться о своем ребенке, а муж будет обманут и принужден нести ответственность за чужого ребенка.

В Исламе наказание за измену может быть определено судом, который основывается на шариате. Отдельные личности не могут и не должны брать закон в свои руки, но должны обратиться в суд с необходимыми доказательствами. К сожалению, некоторые отцы теряют контроль над собой и убивают дочерей, которые забеременели до брака и потеряли «честь», зачастую вместе с их бойфрендами. Некоторые из этих «убийц чести» исходят только из подозрений.

На тинэйджеров оказывается слишком большое давление, их принуждают одновременно соблюдать моральные нормы и соответствовать навязанным СМИ представлениям сверстников. Если они будут слушать свою совесть, то проблемы можно избежать. Люди, попробовавшие секс до брака, понимают (к сожалению, слишком поздно), что это того не стоило. Несколько минут веселья, - а затем жизнь, наполненная бедами и грустью. Возможно, это было худшее решение, которое они приняли в своей жизни. И в День Страшного суда они должны будут ответить перед Всевышним за свои действия.

Логическое обоснование наказания блуда и измены

Хотя сейчас, пожалуй, и странно считать блуд и измену преступлением, но Ислам воспринимает их именно так, показывая великий вред, который эти действия приносят жизни и обществу. Рассмотрим 4 составляющих такого отношения: Божественное Откровение, причину, природу и само действие.

Главная цель сурового наказания – дать обществу мир и защищенность. В случаях с преступлениями против имущества или жизни исламский закон требует только 2-х свидетелей, но при обвинении в измене требуется четыре свидетеля. Почему? Потому что вопрос не в индивидуальном грехе, но в его публичном эффекте. Публичное признание возможности греха – прямая дорога к распространению порока.

Важно также соблюдать баланс между наказанием за грех и защитой приватности и чести. Есть определенная разница между согрешившим в секрете для удовлетворения желания и публичной греховностью, которая распространяет грех между людьми и рушит их честь. Второй халиф Умар ибн Хаттаб, проходя мимо дома, услышал, как люди поют и пьют, и залез на стену, чтобы посмотреть. Он имел возможность обвинить нарушителей, но те указали, что халиф не имел права влезать на стену и подглядывать за ними, и Умар признал свою ошибку и не предпринял никаких действий. В случае же, если не нашлось 4-х свидетелей измены, они никогда не должны говорить о том, что видели, чтоб их самих не обвинили в клевете. Ислам осуждает публичные рассказы о грехах, потому что это делает их более привычными и постепенно приводит к принятию их обществом.

Болезни, передающиеся половым путем

Быть верной супружеской парой, где супруги не имеют половые отношения с кем-либо, кроме друг друга, является наиболее надежным способом избежть заражения венерических заболеваний (кроме воздержания). ЗППП распространяются либо у не состоящих в браке людей, имеющих несколько партнеров, или замужних людей, которые неверны своим супругам и имеют половые контакты с другими.

В 1940-х гг. основными венерическим заболеваниями были сифилис и гонорея. Появившиеся с тех пор болезни куда сложнее лечить. Для СПИДа и герпеса не существует лечения.

Сексуальная революция в 1960-х годах в США увеличила расходы на здравоохранение. По данным Американской ассоциации сексуального здоровья, в 2008 году насчитывалось 110 миллионов распространенных ЗПП среди женщин и мужчин в США, и каждый год один из четырех подростков подцеплял ЗПП. Ассоциация утверждает: «по крайней мере 15 процентов всех американских женщин являются бесплодными из-за трубных повреждений, вызванных воспаление тазовых органов (сальпингит), результата невылеченных ЗПП. В 2012 году насчитывалось 1,422,976 зарегистрированных случаев хламидиоза и 334826 зарегистрированных случаев гонореи в США, помимо других венерических заболеваний (CDC). Чума СПИДа еще более усугубляет наши опасения. В Англии насчитывалось около 440000 диагнозов венерических заболеваний, сделанных в 2014 г. Наиболее часто диагностируемое ЗПП был хламидиоз. За последнее десятилетие число диагнозов гонореи, сифилиса, остроконечных кондилом и генитального герпеса значительно возросло, особенно у мужчин. Мужчины, имеющие половые контакты с мужчинами, продолжают иметь высокий уровень венерических заболеваний: в период между 2013 и 2014 годами произошло увеличение на 46% сифилиса и увеличение на 32% гонореи, и на их долю приходится 81% от всех диагнозов сифилиса и 52% всех диагнозов гонореи (Public Health England 2015).

Пророк сказал:
«Если сексуальные отклонения станут распространены в обществе и общественно приемлемы, тогда мор и другие болезни, ранее неизвестные, распространятся среди них» (Ибн Маджа)

Факторы риска развития рака шейки матки включают множество половых партнеров и курение. Женщины, находящиеся в зоне риска, должны регулярно делать анализ на Пап-тест (цитологический мазок) (Центр исследований Рака Великобритании).
США имеет самый высокий уровень излечимых венерических заболеваний по сравнению любой промышленно развитой страной в мире. Почти 20 миллионов случаев новых инфекций передается половым путем каждый год (CDC (Центр по контролю и профилактике заболеваний)). На сегодняшний день четыре из 10 сексуально активных девочек-подростков имели ЗПП, которые могут привести к бесплодию и даже смерти. (Управление по охране здоровья подростков).

Отношения «мой парень – моя девушка»

Малышам не важен пол партнеров по играм, но с 8 лет мальчики предпочитают играть с мальчиками, девочки - с девочками. Дети обычно формируют отношения «лучшие друзья» между 10 и 12 годами и проносят эту дружбу через подростковый возраст (D'Oyen, 1996). Когда человек вырастает, ценность дружеских отношений для него повышается. Если в семье все хорошо, то у мужчины возникают близкие отношения с отцом, братом, дядями, кузенами, а позже - с подросшими сыновьями. Женщина в браке продолжает получать поддержку от дружбы с другими женщинами – матерью, сестрами, соседками.

Невинная дружба сохраняется лишь в определенных рамках. Мальчику и девочке, не являющимся близкими родственниками или *mahram* (теми, кто не могут вступать в брак), не следует проводить время вместе без свидетелей, они должны быть скромны в одежде и поведении и разговаривать только в рамках приличий. Свидания и «интимная дружба», которые допустимы во многих обществах, не разрешены в Исламе. Сбор семьи, занятия в мечети, дружеские визиты дают достаточно возможностей для общения юношей и девушек в пределах традиции.

Во множестве обществ предполагается, что наличие сексуального опыта до свадьбы только улучшает супружеские отношения и что такой опыт позволяет выбрать идеального партнера. Иногда партнеры долго живут вместе ведя себя, как муж и жена, не вступая в брак, и могут даже завести ребенка до того, как поженятся, или решить не жениться вообще. Однако ряд религий осуждает подобную модель отношений. Молодые люди, которые рано вовлекаются в общение с противоположным полом, часто происходят из проблемных семей. Их родители могут быть в разводе, или им недостаточно тепла и любви дома. Они ищут дружбы с представителями другого пола. Это опасно, потому что чувства могут легко выйти из-под контроля и привести к половому акту до того, как молодые люди к нему действительно готовы.

Ислам уделяет большое значение самоконтролю и целомудрию как женщин, так и мужчин. Большинство родителей-мусульман откажут молодому человеку в руке своей дочери, если известно, что тот был вовлечен в беспорядочные половые связи, справедливо предполагая, что такой мужчина может быстро устать от жены и бросить ее ради другой жен-

щины или же не уважать ее и плохо с ней обращаться.

Беспорядочные половые связи могут закончиться беременностью, и даже противозачаточные средства не всегда эффективны. Если девушка беременеет после совершения блуда, это катастрофа для нее и ее ребенка и позор для ее семьи. Материнство – это сложное и ответственное дело даже для зрелой женщины с полной семьей, а для юной девушки или юноши, не готовых быть родителями и часто лишенных поддержки семей, – просто неподъемное. На то, что дети, став родителями, созреют в образовательном, эмоциональном и экономическом смыслах, надежд немного. Получается, дети не могут создать хорошую жизнь для себя и своего собственного ребенка. Это нечестно по отношению к невинному младенцу. Чаще всего мальчик пугается и отрицает, что он отец ребенка, ничем не может помочь юной матери, и та остается одна с ребенком на руках.

Важно, чтобы дочь была окружена отцовской любовью и чтобы ее учили самоуважению, ответственности и ценностям, - когда она встретит мужчину, обладающего меньшими достоинствами, она сможет устоять перед его давлением. Если родители приучили дочь делиться своими переживаниями, она расскажет им о своем интересе к мальчикам, уменьшив поводы для беспокойства. Кроме того, родители смогут подсказать дочери, как и что ответить в конкретной ситуации.

Родителям надо объяснять своей дочери мифы о «влюбленности». «Хорошая» девочка может расценить свое стремление к сексу как любовь. Это одна из причин, почему девочки-подростки так падки на романы и на «сладкие слова» от мальчиков. Слова любви могут оцениваться как акт любви. Кроме того, девочки считают, что мальчики относятся к чувствам так же, как они сами, просто не зная, что мальчики физически и психологически другие и воспитаны иначе; да и двойные стандарты многих обществ снисходительны к юношеской сексуальной активности: «Развлекайся как хочешь, только в дом не приводи».

Задача девочки – не позволить себе быть использованной, а мальчика – не использовать ее. И мальчики, и девочки должны знать, что существуют строгие правила сексуальных отношений. Недопустимо для девочки провоцировать мальчика, как нечестно мальчику оказывать давление на девочку. Мальчик может слепо следовать похоти и зайти так далеко, как позволит девочка, не спрашивая о ее готовности и не задумываясь об ответственности.

Дети имеют детей: аборт и усыновление в Исламе

Несмотря на меры контрацепции, доступные подросткам, добрачные связи могут привести к беременности. Придется выбирать один из двух вариантов: либо аборт, либо участь незамужней матери. Такие случаи нередки: в США каждый год появляются миллион беременных девочек-подростков.

В конце концов, он признал…

В 1960-х гг., когда я учился в Ливерпульском университете, у меня был друг-мусульманин, который регулярно ходил на свидания с местными немусульманскими девчонками. Я спорил с ним о вреде бесконечных свиданий, но безуспешно. Три года спустя он сказал мне: «Ты знаешь, ты будешь счастлив, когда женишься, потому что и ты, и твоя жена будете девственниками в день свадьбы, и это будут первые интимные отношения, которые вы испытаете. Подарок этого желания будет прекрасным и наполняющим. Что касается меня, то когда я женюсь, моей женой станет просто одна из девушек, с которыми я уже спал, и для меня интимность не будет чем-то особенным и значимым!»

Что такое жизнь для американских подростков, которые испытывают беременность? Как сказано в сообщении Национальной конференции государственных органов законодательной власти (NCSL): «Только 40 процентов матерей-подростков заканчивают среднюю школу ... две трети семей, начатых подростками, являются бедными, и почти каждая четвертая будет зависеть от благосостояния в течение трех лет после рождения ребенка ... Дети матерей-подростков хуже готовы к школе, на 50 процентов больше шансов остаться на второй год, и с большей вероятностью, чем дети, рожденные от более старших матерей, вылетают из средней школы. Дети, рожденные от подростков, также с большей вероятностью имеют проблемы со здоровьем, могут быть заключены в тюрьму на некоторое время в подростковом возрасте, рожают в подростковом возрасте, и сталкиваются с безработицей» (Hoffman CD цитируется Центр по контролю и профилактике заболеваний). Миллиарды долларов тратятся каждый год на финансовую и медицинскую поддержку матерей-подростков в США.

Нет незаконных детей, есть незаконные родители с невинными детьми!
(Weiss,2007)

Аборт

Слишком поздно: родители обнаружили, что их дочь беременна. Что они могут сделать, чтобы разрешить эту ситуацию? Мудрость подсказывает сделать ДНК-тест, чтобы установить отца ребенка, принудить его жениться и сделать вид, что честь семьи спасена!

Беременная девушка, которая понимает, что не сможет заботиться о ребенке одна, может склоняться к аборту. Она будет искать врача, который извлечет эмбрион как можно скорее. Одни считают, что аборт – приемлемая практика, и нерожденный ребенок - еще не личность. Однако зародыш жив с момента, когда сперма оплодотворила яйцеклетку. Из Корана и хадисов можно сделать вывод, что плод лишен души до 4 месяцев. Если мать нерожденного плода умирает по истечении 4-х месяцев беременности или же у нее происходит выкидыш, то к плоду относятся как к ребенку – нарекают именем, хоронят с соблюдением об-

ряда и молятся за него.

Ислам учит милосердию и уважению ко всем человеческим существам. Каждый человек имеет право на жизнь (исключение составляет приговор суда), - это основное право, которое дает нам Создатель. Аборт без уважительной причины (например, медицинских показаний) рассматривается большинством мусульманских правоведов как убийство безвинного живого существа.

Единственная ситуация, когда женщине разрешено сделать аборт, -если беременность угрожает ее собственной жизни или же после изнасилования или инцеста. Однако Ислам против абортов в любое время и запрещает аборты после 4 месяца беременности, тем более если эта операция мотивирована контролем рождаемости и экономическими последствиями незапланированной беременности.

Усыновление в Исламе

Если взрослые сделали все, чтобы избежать добрачного секса своих детей, но у них все же появился внук или внучка, что им делать? Многие родители незамужних беременных дочерей чувствуют огромный стыд за их позорное поведение и не хотят помогать с уходом за ребенком, рожденным вне брака. Ислам разрешает матери отказаться от ребенка для усыновления и поощряет усыновление как способ заботы о сиротах, однако настаивая при этом на осведомленности об их настоящих родителях. Незамужние женщины, отказавшись от детей, могут их больше никогда не увидеть, но всегда будут строить предположения об их судьбе, а выросшие дети, узнав, что они усыновлены, будут интересоваться своим происхождением и родством.

Не все дети, отданные на усыновление в семьи, оказываются в хороших условиях. Некоторые никогда не будут усыновлены, вырастают в сиротских приютах или переходят из одного дома в другой. В некоторых обществах незаконнорожденный автоматически считается изгоем. Эти дети – вне зависимости воспитания, – часто вырастают проблемными.

Может ли усыновленный наследовать имя усыновителя? Коран считает родовую связь приоритетной:

> *не сделал ваших приемных сыновей вашими сыновьями. Это – всего лишь слова из ваших уст. Аллах же глаголет истину и наставляет на прямой путь (33:4).*

> *Зовите их (приемных детей) по именам их отцов. Это более справедливо перед Аллахом. Если же вы не знаете их отцов, то они являются вашими братьями по вере и вашими близкими. Не будет на вас греха, если вы совершите ошибку, если только вы не вознамерились совершить такое в сердце. Аллах – Прощающий, Милосердный (33:5).*

Только в случае, если биологический отец ребенка не известен, Ислам позволяет взять фамилию усыновителей. Пророк показал пример такого отношения, женившись на Зейнаб, своей кузине, после того как та развелась с его приемным сыном Зейдом ибн Харисой.

> *Вот ты сказал тому, кому Аллах оказал милость и кому ты сам оказал милость (Зейду, сыну Харисы): «Удержи свою жену при себе и побойся Аллаха». Ты скрыл в своей душе то, что Аллах сделает явным, и ты опасался людей, хотя Аллах больше заслуживает того, чтобы ты опасался Его. Когда же Зейд удовлетворил с ней свое желание (вступил с ней в половую близость или развелся с ней), Мы женили тебя на ней, чтобы верующие не испытывали никакого стеснения в отношении жен своих приемных сыновей после того, как те удовлетворят с ними свое желание. Веление Аллаха обязательно исполняется! (33:37)*

Кто-то может увидеть схожесть между доисламской практикой сокрытия родовых связей и XXI веком, когда усыновленные дети получают имя приемного отца. Эту практику надо остановить и восстанавливать имя настоящего отца. Самое главное – делать то, что лучше для сироты, и защитить его права. Детальные механизмы зависят от превалирующей конкретной культуры.

Гомосексуальность и родители

Гомосексуалист – это человек, которого сексуально привлекают люди его же пола. Женщины, занимающиеся сексом с другими женщинами, обычно определяются как «лесбиянки». Хотя мы бескомпромиссно настроены против гомосексуального акта и его распространения, мы не против гомосексуалистов как людей, т.к. с людьми надо обращаться с уважением, а не с ненавистью. Задача в том, чтобы помочь родителям, чьи дети чувствуют себя гомосексуалистами, в мире, система Писаний которого отвергает это, а светская система легализует.

Коран осуждает гомосексуальность:

> *Неужели вы будете возлежать с мужчинами из миров и оставлять ваших жен, которых ваш Господь создал для вас? О нет! Вы являетесь преступным народом (26:165-166).*

Гомосексуализм является трудным вопросом для родителей. Некоторые считают, что чем меньше они знают об этом, тем лучше. Родители хотят видеть своих сыновей мужественным во всех отношениях, и дочерей женственными. Тем не менее, необходимо отдавать себе отчет в этом. По данным опроса Gallup, проведенного в 2015 году, 3,8 процента американского взрослого населения идентифицируют себя как лесбиянки, геи, бисексуалы и транссексуалы. В Великобритании, по данным Национального исследования сексуальных отношений и образа жизни на 2010 год, который осуществляется через каждые десять лет, 1% женщин и 1,5% мужчин считают себя геями / лесбиянками, и 1,4% женщин и 1% мужчин думают о себе как о бисексуалах (возрастной диапазон от 16 до 74), (The Guardian 2015).

Гомосексуалисты все более активно сражаются за свои права, организуют гей-парады и марши протеста, стараются изменить законы, ограничивающие их свободу. В некоторых странах и штатах женщины даже могут официально заключать браки с женщинами, а мужчины – с мужчинами, и такие гомосексуальные пары хотят, чтобы их считали нормальными семьями. Хотя такие «семейные союзы» не могут иметь совместных детей, иногда они берут приемных. Людей, открыто неприемлющих подобную модель поведения, объявляют «гомофобами».

Появление противозачаточных таблеток, легализация абортов и обучение популярной психологии привели в США в 1960-х гг. к т.н. сексуальной революции. Люди из наиболее либеральных групп населения стали утверждать, что они свободны иметь половые связи с кем хотят независимо от того, состоят ли они в браке, партнеров какого пола выбирают, и что их надо уважать вне зависимости от их сексуальной ориентации. Многие люди начали принимать эти идеи, и в результате в некоторых странах какая-либо дискриминация гомосексуалистов запрещена законом.

Как человек становится гомосексуалистом? Предложено множество теорий. Это сознательный выбор или же генетическая предрасположенность? До 1970-х гг. гомосексуальность большинством экспертов считалась отклонением. Опыт подсказывает, что некоторые мальчики, у которых были слабые, жестокие или холодные матери, могут возненавидеть всех женщин, а девочки, обиженные собственными отцами, – мужчин, и потому ищут партнеров своего же пола. В 1990-х некоторые врачи и психологи стали развивать теорию, по которой гомосексуальность – нормальная вариация проявления человеческой сексуальности и что ген гомосексуальности может быть унаследован, поскольку в некоторых семьях гомосексуалистов больше, чем в других. Кроме того, были обнаружены очень редкие случаи гомосексуального поведения животных. Однако следует ли оправдывать отступление от ценностей примером животных? Бог возвысил человека над всеми созданиями.

Ниже предложены некоторые возможные причины появления гомосексуальных наклонностей:

- Сомнения по поводу дружбы. Молодые люди, которые испытывают сильные чувства к друзьям одного с ними пола, путаются и считают это гомосексуальностью. Девочка может так любить лучшую подругу, что захочет ее обнять или поцеловать, а затем почувствовать вину за это, спутав проявление нежности с сексуальностью. Она даже может решить, что является лесбиянкой, и постараться склонить подругу к сексуальным отношениям. Решением этой проблемы могут быть постоянные дискуссии и открытое общение в отношении полового воспитания с родителями во время предподросткового и подросткового периодов.

- Недостаток любви к детям. У человека может не быть никого, на кого можно направить любовь и страсть. Подростки, не имеющие тесных отношений с родителями и родственниками, хотят, чтобы их любили. Если их единственный друг того же пола, переполняющая нужда в прикосновениях и объятьях может превысить приличия и привести к сексуальному акту. Решение здесь превентивное: давать детям любовь и нежность начиная с кормления грудью. В семье должна царить любовь – тогда не возникнет необходимости искать ее за пределами.

- Растление малолетних: Некоторыми молодыми людьми воспользовались растлители, они подтолкивают их к этим актам против их воли, пока постепенно они не привыкают к нему.

- Надолго отсроченная женитьба: мужчины и женщины, не вступившие в брак до определенного возраста, могут сохранять сильное сексуальное желание и склоняться к альтернативе. Следует поощрять ранний брак в половозрелом возрасте, и долг родителей - помогать детям устроить свою семейную жизнь.

Родитель, столкнувшийся с открытием,

что его ребенок имеет гомосексуальные наклонности, должен сохранять спокойствие и обратиться за профессиональной помощью. Родители не должны лишать детей своей любви, даже категорически не приемля гомосексуальных отношений.

Родители должны знать о юридической стороне признания гомосексуальности: так, законы многих стран запрещают дискриминацию на почве пола, сексуальной ориентации, расы, языка или происхождения. При этом многие общества дают детям четкий посыл о приемлемости гомосексуализма, стирая границу между нормальным и ненормальным. Детям советуют игнорировать запреты и следовать страсти.

Мы просим родителей донести до детей, что гомосексуальное поведение неправильно. Родителям стоит вмешаться, если учителя поощряют подобное поведение.

Мужчина должен быть мужественным
уважительно относиться к женщине, опускать взгляд, быть защитником слабых, не показывать свое тело
Женщина должна быть женственна
носить скромную одежду, потуплять взор, избегать флирта и наготы, защищать свою честь от мужчин, которые ведут себя неподобающим образом

Сексуальное воспитание в Исламе

Ислам признает, что Всевышний создал сексуальные потребности как часть нашей жизни. Ислам не воспринимает женщин и мужчин только как объекты сексуального удовольствия и считает секс с супругом/ой добродетелью, одним из способов поклонения, в то время как секс вне брака однозначно воспринимается как наказуемый грех.

Сексуальные отношения между мужчиной и женщиной отражены в аятах:

> *Разве Мы не сотворили вас из презренной жидкости и не поместили ее в надежном месте до известного срока?*
> *Мы предопределили меру, и как прекрасно Мы предопределяем! (70:20-23)*

Не приближайтесь к прелюбодеянию, ибо оно является мерзостью и скверным путем (17:32).

Пророк рассматривал интимность как награждаемый акт добродетели. Он говорил:

«Когда кто-то из вас спит со своей женой, то получит за эту добродетель награду». Его сподвижники удивились:

«О Посланник Аллаха! Когда человек удовлетворяет сексуальную потребность, он будет за это вознагражден»? Он ответил: «Если человек преступит закон, тем самым он грешит, но если он совершает это законно, то заслуживает награду». (Муслим)

Пророк учит, что интимный акт между супругами - это секрет:

«В наихудшем положении из людей в Судный день перед Аллахом будет человек, который имел близость со своей женой, после чего распространял ее секрет» (Муслим)

Аиша рассказала:

«Когда я лежала с Посланцем Аллаха под покрывалом, у меня началась менструация, поэтому я отодвинулась и взяла одежды, что носила в эти дни. Он спросил: «У тебя менструация?» Я сказала: «Да». Он подозвал меня, и я легла с ним под покрывало» (Аль-Бухари и Муслим)

Муж и жена в Коране сравниваются с одеждами друг для друга. Одежда - что-то очень личное, и она близка к телу, так же и супруги должны быть близки друг другу. Одежда защищает нашу скромность, и супруги должны быть такими же по отношению друг к другу. Одежда подчеркивает человеческую красоту, и супруги должны оттенять достоинства друг друга.

Секс есть выражение любви, и одно без другого не полно. Обязанность мужа – научить жену сексуальности, особенно в том, что ему нравится или не нравится, и он не должен сравнивать ее с другим женщинами. Женщины должны делать то же для получения полного удовольствия. Женщинам надо понять, что сексуальные потребности мужчины могут отличаться от их собственных.

Ислам выступает категорически про-

тив анального секса, а вот насчет орального в Коране и Сунне запретов нет. Половые органы должны содержаться в чистоте, и надо совершать полное омовение (*ghusl*) после выделения жидкости или интимной близости.

Пророк сказал: «Никто из вас не должен набрасываться на жену подобно животному, сначала должен быть посланник между вами». Его спросили: «Какой посланник?» Он сказал: «Это поцелуи и ласки» (Аль-Зубайди и Аль-Ираки)

Пророк также сказал: «Когда ты возлежишь со своей женой, ты должен быть внимательным к ней. Если ты удовлетворил себя раньше, чем ее, не надо ее торопить, пока она полностью не удовлетворится» (Абу Яла).

Долг каждого человека – заботится о своем партнере. Мужчина должен изучить факты о женской сексуальности, обучатся техникам, чтобы доставить удовольствие жене, и наслаждаться счастливой жизнью. Муж, который не щадит свою жену, вызывает у нее стресс и расставляет на ее пути мощные соблазны.

Секс - не зло и не грязь, он чист и полезен, если находится в границах, установленных верой и моралью.

Долг родителей по отношению к детям

Важно, чтобы родители учили детей позитивному взгляду на секс: это не создание дьявола, не зло и не грязь, но дар и милость Милосердного, способ, через который исходят некоторые радости Рая.

Однако секс – это также возможность, которую использует Сатана, чтобы испортить, обвить, поглотить и вызвать страдания. Секс провоцирует больше страданий, чем что-либо другое, включая голод и войну. Риск так велик, что, один лишь половой акт может иметь негативные последствия на всю жизнь. Секс – потребность, которую надо удовлетворять по указаниям Создателя в чистоте и взаимном удовольствии.

Пророк был честен, бодр, открыт и понимал нужды мужчин и женщин. Он не был ханжой или фанатиком и сам наслаждался своими браками.

Сексуальное удовлетворение допускается при условии соблюдения моральных норм. Вседозволенность в сексе ведет к развалу семьи и общества, к лжи и обману, к недостатку ответственности, и даже к преступлениям, - таким как насилие, наркотическая зависимость, воровство и убийство. Если человек по-настоящему любит Бога, он должен ответственно сопротивляться соблазнам и отличать хорошее от плохого. Многие люди так скромны и задавлены, что даже не пытаются заниматься сексом так, чтобы он приносил удовлетворение.

Секс и гигиена

Секс во время менструации: средневековые евреи просто избегали женщин во время месячных. Пророк же призывал соратников не изгонять женщин, а лишь ограничивать непосредственно интимные отношения. Девочек надо учить, как правильно пользоваться прокладками и как их утилизировать. Менструация естественна, ее не надо скрывать или стыдиться, особенно если дочери нужна помощь, потому что она испытывает дискомфорт и боль.

Лобковые волосы: Пророк рекомендовал и мужчинам, и женщинам периодически (раз в месяц) убирать лобковые волосы, чтобы тело было чистым и аккуратным, готовым к удовольствию супруга.

Мальчиков не напрягают волосатые ноги, как и усы. Многим девочкам, однако, это не нравится. Матери могут показать дочерям, как использовать крем для депиляции или другие способы ликвидации нежелательных волос. Девочки не должны бояться, что превращаются в мужчин, если у них растут «усы» или несколько волосков на подбородке - их можно убрать или аккуратно обесцветить.

Обрезание: Пророк настаивал на обрезании мальчиков в раннем возрасте. Эта операция обеспечивает лучшую гигиену и больше сексуального удовольствия, а кроме того, уменьшает риск инфекций. При этом Ислам запрещает женское обрезание.

Сперма и поллюция: некоторые подростки сильно смущаются, если видят, что белье испачкано, и боятся, что это

увидят родители. Их надо убедить в нормальности подобных выделений. Если же выделения окрашены кровью или случаются чаще одного раза в день, следует обратиться за медицинским советом.

Подростки и воздержание

Дети во многих развитых странах, включая США, Канаду и Соединенное Королевство Великобритании и Северной Ирландии достигают половой зрелости раньше, чем когда-либо. В девочки среднем вступают в период полового созревания в возрасте от 8 до 13 лет, в то время как мальчики входят в период полового созревания в возрасте от 9 до 14 лет. Начало менструации, или менархе, начинается на шесть месяцев раньше, чем в среднем 40 лет назад, но развитие груди начинает на два года раньше. Другие ранние пубертатные признаки, в том числе запах тела и рост волос на лобке, также происходят раньше, чем прежде (Калифорнийский университет Беркли в 2014 г.). Раннее начало полового созревания может быть связано с увеличением потребления продуктов животного происхождения, большинство из которых поступают из животных, интенсивно выращиваемых с регулярными дозами антибиотиков и гормонов в качестве стимуляторов роста.

С другой стороны, средний возраст первого брака растет. В США это было около 29 лет для мужчин и 27 для женщин в 2013 г. (Pew Research Center, 2014), а в Соединенном Королевстве Великобритании и Северной Ирландии был около 31 года для мужчин и 29 для женщин в 2012 году (Управление национальной статистики 2014 г.). Люди, которые верят в воздержание до брака, просят детей держать при себе свои сексуальные желания с момента достижения половой зрелости до брака, т.е. требуют 16 лет ожидания в то время, когда желания и энергия находятся на пике активности.

100 лет назад большинство людей женились сразу после достижения половой зрелости. Общество боролось за выживание; было важно, чтобы и мужчины,

и женщины рано вступали в брак, когда сексуальные силы были на пике.

В некоторых обществах поздние браки стали возможны именно благодаря отмене каких-либо сексуальных запретов. Религиозные люди не могут это одобрять, но воздержание доставляет подросткам большие сложности. Кажется невозможным подавлять свою сексуальность с момента созревания до брака (около 20 лет). Подросток, у которого бурлят гормоны, будет страдать в окружении постоянных соблазнов.

Мусульманским общинам надо поощрять ранние браки. Большие семьи могут помочь с воспитанием детей.

Некоторые мусульманские ученые наставляют, что мастурбации надо избегать, кроме тех случаев, когда она дает холостякам облегчение от нестерпимого сексуального желания, но ее нельзя делать привычкой. Когда желание секса становится неконтролируемым, мастурбация может быть куда меньшим злом. В своей книге *Rudūdun ʿalā Abātīl* шейх Мухаммад аль-Хамид объясняет, что юристы запрещают мастурбацию, если она применятся для разжигания желания, однако она допустима для успокоения бушующей жажды. Мастурбация не заслуживает ни наказания, ни осуждения, это не грех и не поощряемое дело.

Родители должны с пониманием отнестись к подростковой мастурбации. Средством снятия сексуального возбуждения могут стать занятия спортом и какие-либо коллективные мероприятия. При этом взрослые должны донести до ребенка, что злоупотребление мастурбацией может привести к серьезным проблемам со здоровьем и что надо избегать соблазна и сексуального давления.

Некоторые мусульманские законоведы говорят, что мастурбация запрещена, но большинство допускают ее. Надо использовать эту практику только в крайнем случае, не нанося физического или эмоционального вреда.

Следует по возможности перекрыть

Исламское решение сексуальной дилеммы: карта превентивных мер

Не создавайте ситуаций, которые приводят к греху

Не приближайтесь к прелюбодеянию, ибо оно является мерзостью и скверным путем (17:32).

все пути, ведущие к соблазнам. Стратегия общества должна быть превентивной, дабы усложнить совершение греха: внебрачный секс должен быть неприемлемым. Прекратив сексуальную торговлю, ограничив сексуальные услуги и минимизировав спрос на них, общество может сохранить институт брака в чистоте и защитить его. Подобное уважительное отношение к семье характерно не только для Ислама, оно декларируется и другими вероисповеданиями, включая Христианство, Иудаизм и Индуизм. Ни один нормальный человек не думает, что беспорядочные интимные связи и рабское потакание желаниям хороши и для молодежи, и для зрелых людей. Верующие в Бога считают, что идеальное место для секса – внутри брака. Проблема в том, что во многих обществах консервативное отношение к сексуальной практике отвергается молодым поколением.

Изучение исламской системы ясно показывает, что она концентрируется на защите и святости семьи. Большое значение придается скромному поведению, соблюдению дресс-кода, воздержанию от алкоголя и наркотиков, а также избеганию соблазнов. Все это – серьезные попытки заблокировать дороги, ведущие к измене и блуду.

Коран признает сексуальное желание. Даже пророк Иосиф мог бы пасть, если бы Милость Божия не поддержала его в критический момент:

Женщина, в доме которой он жил, стала соблазнять его, заперла двери и сказала: «Иди ко мне». Он сказал: «Упаси Аллах! Ведь он – мой господин, обеспечивший мне прекрасную жизнь. Воистину, беззаконники не преуспеют».

Она возжелала его, и он возжелал бы ее, если бы не увидел знамение своего Господа. Так Мы отвратили от него зло и мерзость. Воистину, он был из числа Наших избранных (или искренних) рабов (12:23-24).

Данное Богом желание в мужчинах и женщинах обычно спит, и его не стоит подстегивать и разжигать. Следует признать, что женщины обычно лучше контролируют свои поведение и желания, нежели мужчины.

В условиях современной допустимости порока и рекламы соблазнов общество делает очень немного, чтобы помочь молодости;

> Оно будто с размаху кидает подростков в озеро со связанными руками и говорит им: «Будьте внимательны и не промокните».

Соблазны пробуждают в подростках желания, а общество ждет, что они устоят и одернут и себя. Это как класть вкусную рыбу перед голодной кошкой и говорить: «Не ешь ее!».

Как могут подростки развить желаемые этические стандарты в обществе, которое допускает внебрачный секс? По исламскому закону все, что ведет к плохим поступкам, плохо, и потому следует избегать всего, что ломает сексуальные запреты и вызывает потерю самоконтроля.

Ниже приведен список шагов, чтобы перекрыть дороги к незаконному сек-

су. Ослабление соблазнов – это процесс длиною в жизнь, требующий взаимодействия семьи, школы, СМИ и общества.

Скромность (Haya')

Важно утвердить концепцию скромности (*haya'*) через уважение интимности ребенка. Родителям не стоит трогать детские гениталии кроме как во время купания. Гениталии детей старше трех лет должны быть прикрыты даже во время купания.

Богословы определяют скромность как черту характера, которая препятствует людям совершать грех или позорные действия.

Скромность – это качество, которое должно быть последовательно воспитано родителями и стать нормой и в семье и в обществе. Даже на похоронах при омывании тела не следует начинать с гениталий и дотрагиваться до них руками, но использовать ткань. Чтобы осознать размер и объем скромности, Пророк сказал: «Вера имеет около 70 ветвей. Высшая из них – утверждение, что нет Бога кроме Аллаха, а самая низкая – удаление лишнего, вредного на пути идущего. И скромность также есть ветвь веры» (Муслим)

Одна из мудростей, которым люди на-

учились от пророков, это –Делай все, что тебе хочется, если у тебя нет чувства стыда (Абу Давуд)

Пророк сказал: «Непристойное очерняет все, что к нему примешивается, но если примешивается стыдливость, то она всегда украшает вещь» (Ибн Маджа)

Аль Джурджани разделяет скромность на 2 составляющие:

1) Психологическая часть, которая есть у всех людей, выражающаяся в том, чтобы не демонстрировать приватные части тела и не совершать половой акт на глазах у всех;

2) Скромность, происходящая от веры, которая защищает человека от совершения грехов в связи с любовью к Богу и страхом Его наказания.

СКРОМНОСТЬ – ВЕТВЬ ВЕРЫ

Детей надо учить следующим проявлениям скромности:

1. опускать взгляд, когда они смотрят на людей противоположного пола или на непристойную сцену;
2. избегать сексуальных провокаций и имитации другого пола;
3. говорить мягко и вежливо, без игривости и кокетства;
4. одеваться скромно, красиво и с достоинством.

В следующих ситуациях скромность не нужна:

1. В учении, желании знаний, особенно о религиозных аспектах брака. Богословы говорят: «Не существует смущения в религиозном образовании». Можно свести эту фразу к следующему: «нет скромности в поиске знаний».
2. В реформах: проповедуйте добродетель и запрещайте зло, потому что наш долг - твердо и мудро придерживаться лучшего.
3. В браке: не существует смущения между супругами в их доме. Пророк сказал:

> «Скрывайте свои срамные части ото всех, кроме супруга» (Абу Давуд, Ибн Маджа, Аль-Хаким)

Секс между супругами и в личном пространстве их спальни никак не ограничивается.

Если родители игнорируют воспитание скромности, общество будет страдать. Скромность – это сильная защита от искушений и обольщения.

Арабская поэзия о скромности

Если ты не боишься последствий своего поведения и не ведешь себя скромно, ты можешь делать, что тебе захочется.

Но, клянусь Богом, нет добродетели в нескромной жизни! Человек живет хорошо, только пока ведет себя скромно, так же как ствол дерева защищен, пока покрыт корой.

Современные музеи переполнены изображениями обнаженного тела. Для многих есть четкая граница между тем, что можно считать искусством, а что - порнографией и непристойностью. Нагота в западной традиции часто направлена на прославление девственности, чистоты и красоты человека. Хороший пример – статуя «Давид» Микеланджело, изображающая пророка абсолютно обнаженным. Храмовая скульптура Индии вводит обнаженные фигуры в сакральную обстановку. Вопрос интерпретации наготы должен быть глубоко обдуман родителями, особенно по отношению к своим детям.

Некоторые нормы этикета:

- Дети должны стучать в дверь, прежде чем войдут в комнаты родителей и других родственников (чтобы не увидеть их раздетыми).
- Родители и дети должны одеваться скромно и в доме, и за его пределами. Следует избегать использовать макияж и сексуально привлекающую косметику и духи. Родителям надо следить за разговорами в присутствии детей, избегая разговоров в сексуальном ключе. Также не стоит демонстрировать при детях интимность, включая продолжительные поцелуи и прикосновение к интимным частям тела.

- Дети старше 10 лет должны спать отдельно.
- Мальчики и девочки должны быть обучены отводить взгляд, когда смотрят на людей противоположного пола.

Скажи верующим мужчинам, чтобы они опускали свои взоры и оберегали свои половые органы. Так будет чище для них. Воистину, Аллаху ведомо о том, что они творят.

Скажи верующим женщинам, чтобы они опускали свои взоры и оберегали свои половые органы. Пусть они не выставляют напоказ своих прикрас, за исключением тех, которые видны, и пусть прикрывают своими покрывалами вырез на груди и не показывают своей красы никому, кроме своих мужей, или своих отцов, или своих свекров, или своих сыновей, или сыновей своих мужей, или своих братьев, или сыновей своих братьев, или сыновей своих сестер, или своих женщин, или невольников, которыми овладели их десницы, или слуг из числа мужчин, лишенных вожделения, или детей, которые не постигли наготы женщин; и пусть они не стучат своими ногами, давая знать об украшениях, которые они скрывают. О верующие! Обращайтесь к Аллаху с покаянием все вместе, – быть может, вы преуспеете (24:30-31).

Пророк сказал:

«Того, кто опускает взгляд, избегая недопустимого для него, Аллах наградит радостью сердца» (Ибн Масуд)

- Девочек надо научить ходить спокойно, избегая искушающих движений. Они не должны поднимать платье и показывать ноги.

О жены Пророка! Вы не таковы, как любая другая женщина. Если вы богобоязненны, то не проявляйте нежности в речах, дабы не возжелал вас тот, чье сердце поражено недугом, а говорите достойным образом (33:32).

- И мальчикам, и девочкам нельзя разрешать пребывать ночью вне дома. Можно ввести некий «комендантский час».
- Некоторые типы музыки вредят (те, которые вызывают половое чувство и слова в которых вызывают стыд).

Сексуальные темы распространены в большей части музыки, которую слушают подростки, и варьируются от романтических и игривых до унижающих человеческое достоинство и враждебных. Исследования показали, что подростки, которые слушают музыку с сексуальной подоплекой, с большей вероятностью займутся сексом раньше (Pediatrics 2007). Сексуально откровенная рок-музыка вызывает сексуальное желание. Некоторая хард-рок музыка содержит порнографические слова, и детям не стоит разрешать прослушивание «порнографического рока». Дети, становясь подверженными этой музыке, перестают чувствовать порок.

- Порнография опасна для детей, потому что разжигает сексуальное желание до непереносимого уровня. Она заставляет визуализировать вульгарные сцены и мечтать о сексуальном акте дни напролет.

- Порнография низводит женщину до сексуального объекта, нужного лишь для удовлетворения мужской похоти. Если муж заводится от чего-то подобного, он должен удовлетворять возбуждение с собственной женой. Холостяк не может это сделать – что является еще одним аргументов в пользу ранних браков.

Человека нельзя винить за то, что он имеет желания, но нельзя им потакать, тем более вовлекая других людей. Многие мужья невольно травмируют своих жен, восхищаясь другими женщинами. Это относится и к изображениям фотомоделей и кинозвезд на рекламных щитах, обложках журналов и плакатах. В вашем уме они всегда остаются молодыми и прекрасными по сравнению с супругой, которая на ваших глазах стареет, толстеет и устает.

Родители должны быть в курсе опасности порнографии в Интернете, свиданий и грязных разговоров о сексе. Они должны лучше наблюдать за детьми и устанавливать компьютер в общедоступном месте, а не в личной спальне ребенка.

Дресс-код

Мальчики и девочки должны одеваться и вести себя скромно. Они должны избегать провокационной и соблазнительной одежды и не акцентировать физическую привлекательность. Им следует из-

бегать облегающих и просвечивающих одежд, а также нарядов и украшений, характерных для противоположного пола.

> Абу Хурайра сказал: «Пророк проклинал мужчин, уподобляющихся женщинам, и женщин, уподобляющихся мужчинам» (Абу Давуд)

Выбор одежды для ребенка очень важен. Недаром говорят, что поведение задается одеждой, поэтому дети должны быть одеты скромно и аккуратно. Люди одеваются по-разному в зависимости от повода: для молитвы, интервью, юбилеев, вечеринки или спорта. Они пытаются либо раствориться в толпе, либо выделиться, поразить или повысить шансы влиться в какой-то коллектив. Родители не должны поощрять экстремального эпатажного одеяния.

Насколько возможно, родителям нужно предоставлять дочерям выбор. Уже в 2-3 года у девочки могут появиться какие-то пристрастия в одежде, и она будет настаивать на том, чтобы одеваться как она хочет. Мирное и практичное решение – положить перед ней 2-3 вещи, чтобы она могла сама выбрать костюм.

Одинаковая школьная форма может совсем не нравиться детям, но она снимает проблему ежедневного выбора «что надеть». Девочкам надо объяснить, что хотя провокационная одежда и может выглядеть «мило», она дает неверный сигнал мальчикам в нежелательных ситуациях.

Нет свободному смешению

Словом *khalwah* («уединение») обозначается в т.ч. встреча мужчины и женщины в закрытом месте, где их никто не видит (например, в номере отеля). Это сатанинская сексуальная ловушка, и такого уединения надо избегать любой ценой! Пророк дал нам достаточное предупреждение:

> «Не успеет мужчина остаться наедине с женщиной, как третьим между ними будет шайтан» (Аль-Тирмизи)

Речь не идет о контакте разнополых детей под присмотром родителей в пределах приличий. Мальчику может понравиться девочка, если он регулярно видит ее в мечети, школе, библиотеке, магазине. Он может попробовать подойти и завести невинный разговор, чтобы понять, интересен ли он ей. Они могут договориться о свидании в парке или дома. Если никто не увидит, он может попробовать коснуться или поцеловать ее. Если она разрешит ему, то скоро он станет уверенным и пойдет дальше. Они могут заняться сексом, что может привести к беде.

Давление окружения и прочие факторы

Есть много причин, почему дети начинают заниматься сексом. Одна из самых распространенных – давление сверстников и объяснение, что так поступают все. Другие причины для добрачного секса: желание приобрести «компетен-

цию» взрослого, общественное признание. Многие пытаются компенсировать недостаток самоуважения, став отцом или матерью.

Одурманивающие вещества, алкоголь и наркотики уничтожают самоконтроль и рушат преграды для занятий сексом.

Сексуальное искушение распространено везде, в основном идет из журналов, от сверстников, и от телевидения. Количество передач сексуального содержания на телевидении увеличилось. По данным исследования 2005 70% телевизионных шоу в США имели сексуальное содержание (в том числе говорили о сексе, а также сексуальном поведении, начиная от страстных поцелуев до полового акта), по сравнению с 64% в 2002 году и 56% в 1998 году. Доля показов с сексуальным содержанием в прайм-тайм на основных каналах телевизионного вещания также пошла вверх, почти восемь из десяти таких шоу (77%), имеющих сексуальное содержание в 2005 году, по сравнению с 67% в 1998 году и 71% в 2002 году. Среди топ-20 шоу, которые смотрят подростки, 70% включают сексуальное содержание и 45% включают сексуальное поведение (The Henry J. Kaiser Family Foundation 2005). 2010 исследование в 25 европейских странах показало, что 23% 9-12-летних сталкивались с сексуальным содержанием, и из тех мест, где они столкнулись с таким содержанием, интернет занимает почти такое же высокое место (14%), как телевидение, фильмы или видео (12%), (EU Kids Online 2014).

Что делать

Родители не должны ограничивать свою роль обеспечением материальных нужд своих детей, но обязаны оказывать духовную и моральную помощь.

Взрослые должны заполнить детский мозг «хорошими мыслями» и напитать их «пищей для ума». Важно усиливать чувство индивидуальности, самоуважения и избегать «стадного чувства». Родители могут достичь этого, обучая детей твердой системе ценностей, правильному взгляду на жизнь и определенному коду поведения. На этом пути дети сами напомнят себе не пить алкоголь, не есть свинину, не принимать наркотики, и не вступать в добрачные сексуальные отношения. Родители сами не должны искать внебрачных связей, чтобы быть хорошим примером для своих детей.

Ранние браки

Для брака нет фиксированного возраста. Среди молодых мужчин модно жениться после получения университетского диплома и устройства на работу. Многие девушки считают, что не готовы к браку примерно до 24-х лет. Молодые люди должны осознать, что у них только два законных пути: заключить брак или же воздерживаться от сексуальных отношений.

> *Пусть соблюдают целомудрие те, которые не находят возможности вступить в брак, пока Аллах не обогатит их из Своей милости (24:33).*

Пророк сказал:

«Я среди вас самый благочестивый и богобоязненный, но я пощусь и прерываю пост, молюсь и сплю по ночам, и я женат. Тот, кто отвергает мою традицию, будет отвергнут» (Аль-Бухари)

Брак - это половина религии, вторая половина – страх Аллаха (Аль-Табарани и Аль-Хаким)

Пророк сказал:

«О молодежь! У кого из вас есть возможность – пусть женится, или пусть постится, воистину, пост для него потушит его страсть» (Аль Бухари).

Если мальчик или девочка испытывают сильное стремление вступить в брак, родители должны сделать все возможное, чтобы их поженить. Если они этого не делают, то толкают детей ко злу одним или другим способом. Одна из обязанностей родителей подчеркнута Пророком:

«Тот, кому Аллахом дан ребенок, должен дать ему/ей три права: красивое имя, образование и, когда он/она достигнет полового созревания, он должен постараться его женить» (Tibrizi 1985)

Если родители не обращают внимания на запросы ребенка и не организуют свадьбу, ответственность за грех будет лежать и на них. Однако важно и не принуждать молодых людей к браку. Некоторые родители втягивают детей в греховные дела, навязывая партнера по своему выбору и иной раз даже лишая естественного права увидеть будущего супруга до свадьбы. Приготовления к свадьбе должны соответствовать цели счастливой жизни, а не эгоистичным мотивам брачных агентов.

Община может по-разному помочь облегчить брак:

- Создать здоровую среду для мальчиков и девочек, дать им возможность встречаться и узнавать друг друга, не выходя за рамки приличий и традиции;
- Создавать курсы подготовки к семейной жизни, консультировать будущих супругов и готовить их к ролям мужей и жен, отцов и матерей.

Дилемма: система образования против раннего брака

Современная система породила ряд проблем сексуального характера. Обучение в школе и колледже означает, что брак надо отодвинуть до «после 20-ти». Но пик сексуального желания у мужчин наступает в поздние подростковые годы, а девушки в этом возрасте чувствуют эмоциональную зависимость, что делает их склонными к обольщению. Добрачный секс заканчивается абортами, незамужними юными матерями, болезнями.

Решение – или брак в школьные годы, или воздержание до выпуска из колледжа. Ранний брак может быть удовлетворительным решением, если общество подготовит подростков к ответственному решению и семейной жизни.

В современных обществах требовать от подростка быть терпеливым и оставаться девственником после 20-ти очень сложно из-за огромного количества соблазнов и сексуальных провокаций. В прошлом эта проблема не возникала именно из-за ранних браков. Еще во времена Пророка была создана интегрированная система, включавшая в себя:

1) поощрение ранних браков;

2) помощь большой семьи в заботе о детях и внуках. Было принято, чтобы три поколения жили под одной крышей, а маленькие семьи были исключениями. Семьи были менее мобильны, чем теперь;

3) Ислам позволял контроль рождае-

мости и планирование семьи, чтоб помочь юным матерям избегать беременности, пока те не будут готовы к ней. Это зависело от поведения супруга и знаний мужа и жены.

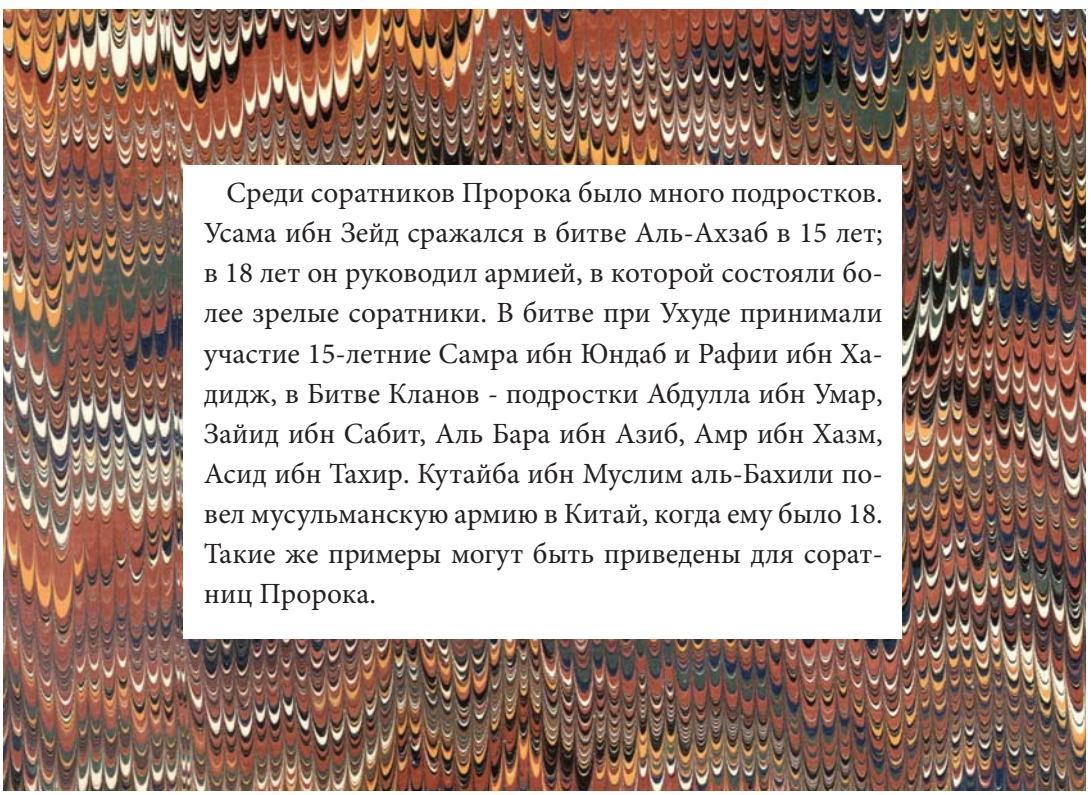
В наши дни матери, учащиеся или имеющие профессию, могут полностью посвятить себя уходу за ребенком или быть заняты частично лет до тридцати, а затем вернуться к полной занятости. В этом случае дети остаются под материнской опекой, а общество не лишается компетентных профессионалов.

Неверно считать тинэйджеров некомпетентными и видеть в них лишь потребителей, отрицая их ответственность. Сейчас кажется, что детство длится до 20 лет, а то и дольше, и молодые люди привыкают полностью полагаться на других, вместо того чтобы быть самостоятельными, ответственными и продуктивными.

Коран говорит о молодых пророках, таких как Авраам, Иосиф, Моисей и Иисус (да пребудет с ними мир) и о других людях, совершавших великие дела именно в годы юности.

Современная модель, требующая откладывать брак до возраста «за двадцать», не удовлетворительна. Беременности и роды проще переносятся в молодом возрасте, а в зрелости вынашивать первого ребенка куда сложнее.

Мы должны эффективно справляться с дилеммой сексуальных ограничений, настаивая на важности ранних браков.



Среди соратников Пророка было много подростков. Усама ибн Зейд сражался в битве Аль-Ахзаб в 15 лет; в 18 лет он руководил армией, в которой состояли более зрелые соратники. В битве при Ухуде принимали участие 15-летние Самра ибн Юндаб и Рафии ибн Хадидж, в Битве Кланов - подростки Абдулла ибн Умар, Зайид ибн Сабит, Аль Бара ибн Азиб, Амр ибн Хазм, Асид ибн Тахир. Кутайба ибн Муслим аль-Бахили повел мусульманскую армию в Китай, когда ему было 18. Такие же примеры могут быть приведены для соратниц Пророка.

Аморальный путь	Последствия	Моральный путь	Последствия
Измена это легко, привлекательно и доступно	Венерические заболевания Подростковая беременность Аборты Незамужние дети у которых дети Бедность Разводы Разбитые дома Одинокие родители Сексуальный хаос Высокий уровень преступности Повышенный уровень изнасилований	Не изменять	Здоровые родители
Секс дешевый и езответственный		Измена должна быть непривлекательной и недоступной	Здоровые дети
		Чистый секс	Полные семьи
		Секс организован через брак	Лидеры добродетели
		Ответственный секс поощряется	Низкий уровень преступности
			Счастливые семьи
			Счастливые дети
			Меньше насилия в обществе

Защита детей от сексуального надругательства

Для детей естественно доверять взрослым, и мусульманские дети в целом воспитаны так, что уважают взрослых. Дети боятся не делать того, о чем просят взрослые, особенно под давлением и угрозами. Но дети должны знать, как защитить себя от надругательства:

- Если незнакомец ведет себя странно, подходит слишком близко, преграждает путь, следует за тобой, - беги и ищи помощь. Если ты уверен, что тебя преследует незнакомый человек, кричи» «Пожар!», - люди реагируют на этот крик, а лишнее внимание отпугнет преследователя.
- Никогда не садись в машину к незнакомому человеку и никуда не иди с ним, даже если он кажется дружелюбным и знает о тебе много: имена твоих родителей, твою школу и адрес. Не бойся говорить «нет!» громко, привлекая внимание.
- по возможности избегай безлюдных мест и небезопасных районов, не ходи один, особенно в больших городах. Девочкам лучше ходить в школу группами или в сопровождении взрослых.
- Запомни номер телефона полиции и знай, как им пользоваться, даже в темноте. Предусмотри возможность в любой ситуации позвонить родителям.
- Если ты остаешься один в автомобиле или дома, закрывай двери и окна. Если незнакомец звонит в дверь или по телефону, не признавайся, что ты остался один, и не сообщай незнакомым людям никакой информации. Скажи, что родители не могут подойти к двери или к телефону потому, что заняты, или не хотят, чтобы им мешали. Притворись, будто говоришь с кем-то, чтобы у неизвестного собеседника сложилось впечатление, что в доме находится еще кто-то.
- если тебе не нравится, как кто-то

смотрит на тебя или говорит с тобой, скажи об этом любому взрослому, кому доверяешь.

- Выучи некоторые приемы самозащиты. Тебе не надо быть сильным, чтобы защитить себя, но теле надо быть готовым быстро принимать решения и действовать.
- Знай о детской порнографии. Дети никогда не должны демонстрировать наготу при посторонних. Закон во многих странах запрещает порнографию, и детская порнография сурово преследуется практически везде.
- Если ты боишься кого-то, повторяй аяты Корана о защите (Аль-Фатиха, аль-Курси, аль-Фалак, ан-Нас). Аллах - твой лучший друг, путеводная звезда и защитник.

Подходящий возраст для разговоров с детьми о проституции

Проституция – эта важная тема для сексуального образования, и ее надо обсудить, ориентируясь на возраст ребенка. Дети не полностью понимают реальность жизни проституток и могут задавать вопросы про них. Важно, чтобы родители объяснили детям ужасные детали жизни проституток, чтобы предотвратить излишне простой подход к сексуальным отношениям, беря во внимание естественную скромность ребенка. Проститутку могут принуждать иметь болезненный секс с 20 мужчинами ежедневно, она часто переносит серьезные заболевания, умирает в раннем возрасте. Некоторые из них были вынуждены покинуть свои дома из-за повторяющихся избиений, сексуального насилия или наркозависимости, которая требует денег; некоторых украли, когда они путешествовали одни, и удерживают в незнакомой стране, где они не говорят на местном языке и не знают, как просить помощи; иных могли опоить, когда они приходили наниматься на другую работу, и забрали все их документы. Иногда девочки убегают из дома из-за депрессивной, похожей на ад атмосферы, ища комфорта за пределами дома, и попадают в лапы сутенеров, отбирающих почти

весь их заработок. Когда родители делают жизнь детей несчастной, они практически выталкивают их из дома на улицу.

Любой ребенок, столкнувшийся с проблемами и не видящий выхода из них, должен искать помощи взрослых, которым он доверяет, – родственников, имама, учителя, полицейского. Побег из дома или прием наркотиков – это не избавление от проблем, а усугубление их. Если дети ничего не знают о проституции, то, насмотревшись фильмов, могут создать себе привлекательный образ – масса сексуальных удовольствий, обилие дорогой косметики, привлекательной одежды, жизнь в роскошных отелях… К сожалению, СМИ рекламируют «восхитительную» жизнь куртизанок в истории, рассказывая о тех, кто купался в роскоши благодаря успешным мужчинам. Родители обязаны объяснить детям факты.

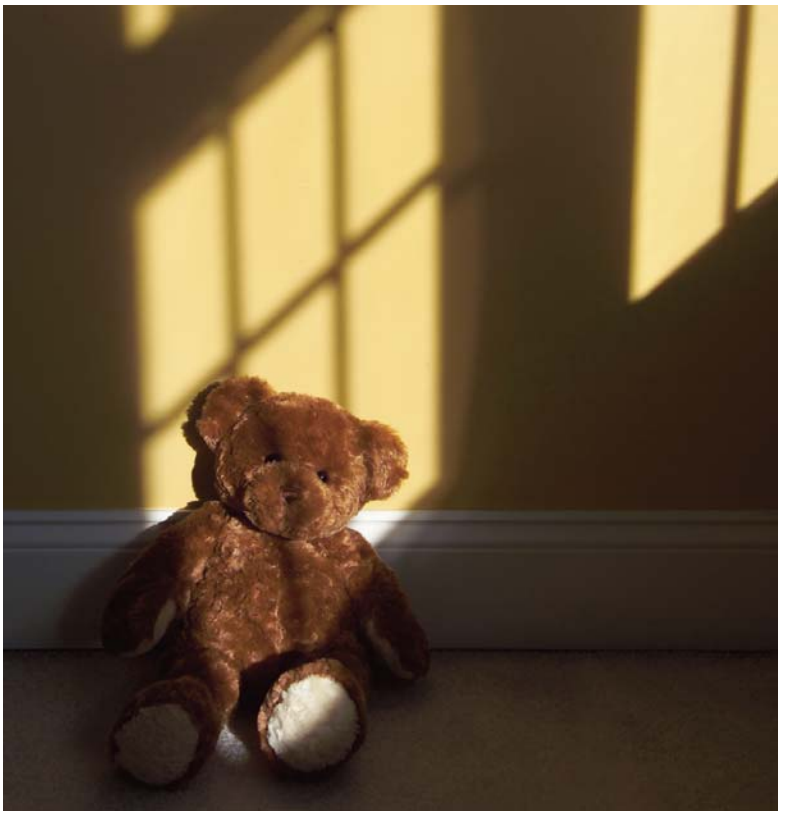
Когда ребенок становится жертвой инцеста или насилия

Взрослым очень трудно принять, что другой член семьи совершил с ребенком инцест. Часто это сложно доказать, и в подобное не хочется верить. В этом случае лучше всего пойти к имаму, учителю, консультанту или в полицию. Если совершено преступление – это дело полиции. Каждый имеет право на защиту, тем более когда речь идет о принуждении к греху.

Изнасилование становится все более распространенным сегодня; общественный опрос обнаружил, что почти каждая пятая (18,1 процента) женщина и один из 71 мужчин (1,4 процента) в США сообщили, что были изнасилованы в какой-то момент в их жизни. Исследование также показало, что 13 процентов женщин и 6 процентов мужчин сообщили, что они испытали сексуальное принуждение в какой-то момент в их жизни, и 4,8 процента мужчин сообщили, что они были принуждены к соитию в какой-то момент в их жизни (CDC 2012). В Англии и Уэльсе, в год, заканчивающийся в марте 2015 года, сексуальные преступления, записанные полицией, выросли на 37 процентов, с 29,265 зарегистрированных изнасилований и 58,954 других сексуальных преступлений (Управление национальной статистики 2015 года). Согласно сводке статистических данных, опубликованной Министерством юстиции, внутренних дел и Управления национальной статистики в 2013 году, около 85 000 женщин и 12000 мужчин изнасилованы только в Англии и Уэльсе каждый год. Тем не менее, данные об изнасиловании и насильственных действиях сексуального характера являются значительно заниженными. Национальное исследование сексуальных отношений и образа жизни 2010-12 обнаружило, что одна женщина из 10 и один мужчина из 70 испытали сексуальные отношения против своей воли, и более половины никогда никому не говорили (Wellcome Trust 2013). Следует также отметить, что жертвы изнасилования включают детей обоих полов, некоторые из них очень молоды. Пожилые дамы также переживают изнасилования злоумышленниками, ворвавшимися в их дома.

Ниже приведены два примера: «Саудовский суд постановил, что человек, признанный виновным в изнасиловании 5 детей, будет обезглавлен». Самый молодой потерпевший был мальчик 3 лет, оставленный связанным в пустыне на смерть (BBC News 2009).

Лондонская полиция арестовала человека, совершившего более 100 нападений на пожилых людей (в возрасте от 68 до 93). Он известен как «Night Stalker» (ночной сталкер), и большинство его жертв были женщины, и многие из нападений включали сексуальное насилие и изнасилования (BBC News, 2009),

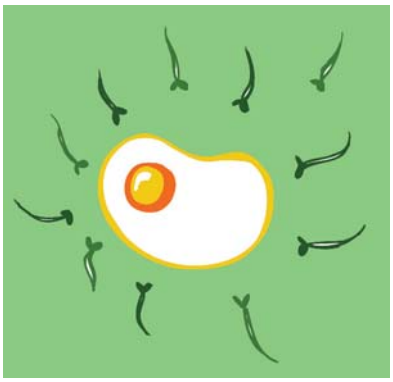


Если девушка была изнасилована, она может чувствовать боль, бессилие, сердиться, и быть запутанной. Она может испытывать чувство вины, думая, что она сделала что-то неправильно, если этот человек захотел ее изнасиловать (что, как правило, не соответствует действительности). Или она может чувствовать себя очень стыдно и бояться говорить кому-либо.

При возникновении опасности нападения девочка может попытаться убежать или вонзиться ногтями в обидчика. Позже полиция сможет по частичкам кожи, оставшимся под ногтями, идентифицировать насильника. Кричать не советуют, потому что это может вызвать панику у нападающего, и он может задушить жертву, чтобы та замолчала. Хотя крик может привлечь свидетелей, он вряд ли привлечет помощников. Эффективным средством привлечь внимание может оказаться предмет, брошенный в чье-нибудь окно, - такой вандализм гарантированно заставит пострадавших позвонить в полицию. Если это возможно, следует завладеть чем-то, принадлежащим нападавшему, - клоком волос, пуговицей, что поможет полиции идентифицировать его. Лучше носить одежду и обувь, при необходимости облегчающие бегство. Подростки должны быть в курсе насилия на свидании и наркотического насилия - им могут подсыпать опьяняющие вещества в напитки.

Жертве насилия надо найти консультанта-психолога, - он может помочь справиться с шоком, злостью, отчаянием, страхом.

Учебный план для мусульманского сексуального образования



Исламское сексуальное образование должно быть домашним и начинаться в раннем возрасте. Перед тем как рассказывать ребенку об анатомии и психологии, ему должна быть привита вера в Создателя: без веры и страха Божьего некоторые модели поведения могут восприниматься как допустимые для удовлетворения похоти. Отец должен учить сына, а мать – дочь; другими вариантами могут быть учителя мужского пола для мальчиков и женского для девочек в воскресной исламской школе, врач или медсестра. Программу надо составлять исходя из возраста обучаемых; мальчиков и девочек надо обучать раздельно. Следует давать ответы, соответствующие возрасту. К примеру, если 6-летний малыш спрашивает: «Как я попал к маме в животик?», - нет нужды описывать весь биологический процесс; не обязательно и рассказывать шестилетке, как использовать презервативы, - этому можно научить на курсах подготовки к браку перед свадьбой.

Программа сексуального образования включает:

Коранические аяты и хадисы Пророка

Сексуальное развитие:
- Время полового созревания
- Физические изменения во время созревания
- Умственные, эмоциональные и социальные аспекты полового созревания

Психология репродуктивной системы:
- Для девочек: органы, менструация, предменструальный синдром
- Для мальчиков: органы, сексуальная активность

Развитие плода и рождение
Болезни, передающиеся половым путем
Социальная и религиозная этика сексуальных отношений
Как противостоять давлению сверстников

Если не давать детям сексуальное образование, они почерпнут информацию у сверстников и СМИ. Но надо помнить, что снятие всех покровов между родителями и детьми может иметь обратный эффект. Учите детей разнице между полами, высокоморальному поведению и сексуальным практикам, которые необходимы для здоровой исламской жизни.

Разные роли и цели мужчин и женщин

должны быть объяснены в ясной форме, исходя из фаз развития ребенка. Очень важно, чтобы родители отметили опасность девиантных сверстников. Они должны объяснить, как дистанцироваться от неверного поведения, внимательно следить за развитием своих детей и помогать им на практике сохранять сексуальное здоровье.

Родительский долг – поощрять и облегчать контакт детей со сверстниками, поведение которых не внушает опасений. Родители подростков не должны оставлять их без правильного сексуального руководства. Нельзя разрешать им проводить ночи вне дома и позволять детям разного пола спать в одном помещении.

Мы можем предложить следующие возрастные рубежи для сексуального воспитания:

- в 5 лет ребенку следует объяснить физические различия между мальчиками и девочками;

- в 10 лет ребенок должен иметь представления о процессе собственного полового созревания;

- в 15 лет подростки должны знать о средствах контрацепции.

Задания

Задание 43: Насыщайте мозг детей!

Бенджамин Франклин приглашал гостей на семейные ужины и вовлекал их в интеллектуальные беседы в присутствии детей; однако дети, не зная того, и были целевой аудиторией этих бесед (Franklin 1909). Родители могут приглашать таких гостей из общины и не только, и просить их в беседе затронуть конкретные вопросы, которые, по их мнению, могут оказать положительное влияние ля детей.

Задание 44: Карта хороших дел для детей

Совершай намаз в начале и конце дня и в некоторые часы ночи. Воистину, добрые деяния удаляют злодеяния. Это – Напоминание для поминающих (11:114).

Пророк сказал: «Будьте обращены к Богу, где бы Вы ни были, и следом за плохим делом совершайте хорошее, чтобы исправить первое, и ведите себя верно по отношению к людям» (Аль-Тирмизи).

Родители могут повесить на холодильник «таблицы» для каждого ребенка, в которых какими-то условными обозначениями отмечены «Хорошее», «Плохое», «Дополнительные заслуги». Если они делают хорошее, даже когда им этого не говорят, ставьте 2 галочки в графе «Дополнительные заслуги». Подсчитывайте результаты еженедельно и поощряйте детей, если «хорошее» превышает «плохое». Возможно, ребенку придется поработать и больше недели, чтобы заслужить «приз». Хотя детей нельзя учить делать хорошее только за награду, этот метод помогает выработать правильное отношение, когда малыши радуются похвалам и подаркам больше, чем абстрактным концепциям. Родители должны объяснить детям, что в их поведении «плохое», а что - «хорошее». На самих детей нельзя вешать ярлык «плохой» или «хороший», так оценивать можно только их поведение.

	Доп.Заслуги	Хорошее	Плохое
Понедельник	√√ (помогла донести сестре рюкзак)	√ (вынесла мусор)	
Вторник		√ (помолилась)	X (громкий голос)
Среда			X (кинула мусор на пол)
Четверг		√ (заучила Коран)	
Пятница	√√(отличный табель успеваемости)		
Суббота			
Воскресенье		√ (заучила Коран)	
Общее	8 √		2 X
Баланс	6 √ (получает приз)		

	Доп.Заслуги	Хорошее	Плохое
Понедельник		√ (заправила постель)	
Вторник			X (ударила сестру)
Среда	√√ (помогла бабушке надеть носки)		
Четверг		√ (сложила вещи)	
Пятница			
Суббота		√ (все съела)	
Воскресенье			
Общее	5 √		1 X
Баланс	4 √ (получает приз)		

ЧАСТЬ 3

Создание характера и личности

Глава 14. Характер и индивидуальность
Глава 15. Воспитываем храбрость
Глава 16. Учим любви
Глава 17. Обучение честности и надежности
Глава 18. Обучение ответственности
Глава 19. Обучение независимости
Глава 20. Способствование творчеству
Глава 21. Чувство собственного достоинства и избалованность
Глава 22. Друзья вашего ребенка
Глава 23. Разрушительное влияние телевизора, видео и компьютерных игр
Глава 24.

ГЛАВА 14

Характер и индивидуальность

- Введение
- Что такое характер?
- Формирование характера
- Что такое личность?
- Задания

Введение

Пророк сказал: «Вы увидите, что люди подобны рудникам, и [являющиеся] лучшими из них во времена джахилийи [остались] лучшими и в Исламе, если стали сведущими в религии» (Аль-Бухари и Муслим)

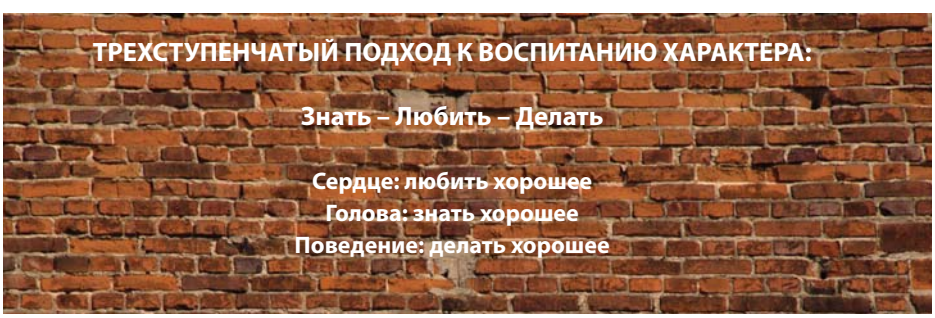
«О Аллах! Укрепи Ислам тем из двоих, кого ты больше любишь: Умаром ибн аль-Хаттабом или Абу Джахлем ибн Хишабом! И оказалось, что Умар более угоден» (аль-Тирмизи)

Эти двое с детства имели сильный характер и заняли место лидеров своих языческих кланов. Они обладали исключительными качествами еще до того, как получили образование и приняли веру. Суть воспитания ребенка в том, чтобы построить сильный характер, научить верным концепциям и вложить в него ценности, которые сделают добродетель привычкой. Дети имитируют поведение родителей, и поэтому взрослые должны быть чутки к их эмоциональному и психологическому развитию. Например, если взрослый был вынужден отменить какую-либо встречу по уважительной причине, коллеги и друзья его поймут, но ребенок, несмотря на извинения и объяснения, почувствует себя малозначимым и преданным, и это может нанести ему душевную травму.

Мы уже говорили о необходимости для взрослых служить примером и закладывать модели благочестия. Лидеры должны быть «подобны рудникам».

Помимо веры и образования, характер включает и другие составляющие. Способность руководить идет от сочетания знания, веры и мудрости. Люди с крепким характером, свернув по какой-то причине с избранного пути, могут признать ошибку и вернуться к намеченной цели. Те, у кого слабый характер, не могут быть лидерами, даже если их духовные ценности не вызывают сомнений.

Воспитание должно быть сконцентрировано на формировании необходимых качеств еще в раннем возрасте, потому что позже их будет труднее вложить.



Что такое характер?

Словари определяют «характер» так: отличительные качества; комплекс умственных и этических особенностей, создающих личность, группу или нацию; индивидуум, отмеченный заметными чертами; выдающаяся личность, репутация, моральное совершенство и устойчивость.

Цель воспитания детей – создать самостоятельное, добродетельное и ответственное человеческое существо.

Некоторые психологи и мыслители выделяют такие лидерские черты, как смелость, творческая активность, ответственность, щедрость, честность, уверенность в себе, независимость, настойчивость, справедливость, искренность, умение работать в команде. Некоторые из этих черт влияют на появление других качеств, иные возникают в результате комбинации нескольких других.

В этой книге основное внимание уделено формированию смелости, креативности, честности, надежности, ответственности, независимости.

Мировые лидеры, - и плохие, и хорошие, - обладают этими чертами. Посмотрим на великие примеры, начиная от Адама, Евы, Ноя, Авраама, Сарры, Агари, Моисея, Марии, Иисуса и Мухаммада (да пребудет с ними мир). Подумайте о сподвижниках Пророка: они все были храбрыми, творческими и ответственными, иначе бы не могли заслужить и сохранить свое лидерство.

После того как Моисей вывел иудеев из Египта, он не мог полагаться на поколение, воспитанное в рабстве: у них было не достаточно храбрости, желания свободы и творческой активности. Он понимал, что поздно менять их характеры с помощью

веры и образования, и хотел, чтобы в Синайской пустыне уже на свободе родилось новое поколение иудеев, из которых он сможет вырастить и сформировать сильных, храбрых и честных мужей. Процесс формирования характера занял 40 лет.

Родители должны начать строить характер ребенка в раннем младенчестве, потому что лекции и проповеди мало помогают исправить характер во взрослом возрасте. Есть много планов, которым надо следовать родителям, но важно претворять их в счастливой и дружелюбной домашней среде.

Именно характер делает человека. Не случаи и не обстоятельства.

Формирование характера

Для формирования характера наиболее эффективны первые несколько лет жизни. Характер создается день за днем, мысль за мыслью, действие за действием.

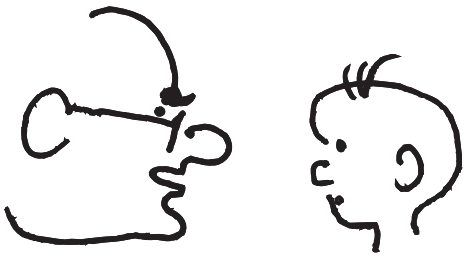
Когда формируется характер? Можно ли что-то сделать с этим позже? Мы не знаем точных ответов. Д-р Спок считал, что наиболее важный период в построении основных подходов к жизни – между 5 месяцами и 1,5 годами, когда дети начинают ощущать себя индивидуумами и настаивают на некоторой независимости (хотят сами держать бутылочку и не терпят, чтобы их долго тискали). Они формируют свое отношение к родителям. Если младенец ощущает родительское внимание, доброту, тепло, он будет ожидать того же и от других людей, и значит, что к маленькому человеку перейдет родительская способность к любви; если же родитель холодный и подозрительный, ребенок усвоит такой взгляд на мир, будет ожидать, что весь остальной мир такой же холодный, и станет замечать только такие его составляющие. Исходя из собственного самоосознания,

дети на этой стадии придут к пониманию, что они приятные или неприятные, хорошие или плохие, и именно так двигаются к тому, чтобы стать оптимистами или пессимистами. Если у детей не было хороших отношений с родителями, они не смогут определить верное отношение к вещам и идеям.

Между 1,5 и 3 годами дети еще больше осознают себя как отдельную личность, но понимают и свою зависимость от родителей. Ребенок начинает ощущать внутренний конфликт: независимость-зависимость, чистота и грязь, действие сообща и упрямство, привязанность и антагонизм. Какими дети становятся к концу 3-го года, зависит от того, насколько теплые взаимоотношения установились между ними и их родителями. Формирование характера зависит от того, как взрослые и дети решают конфликты в течение этого отчасти напряженного периода.

К 18 годам строительство характера человека стабилизируется и завершается. Далее следует образование, накопление знаний. Чтобы вырастить хороших детей, должен быть продуман каждый из аспектов личности: духовный, моральный, физический, умственный, психологический, социальный. В каждой из этих областей родители должны установить прочные связи с детьми. Если взрослые откровенно доминируют, то дети станут слишком покорными; если родители грубые, но дают детям возможность проявить себя, то дети вырастут слишком враждебными; если родители жесткие и, например, помешаны на чистоте, их дети легко станут чистюлями и скрупулезными занудами…

Хотя многие психологи признают, что характер формируется в основном к 3-м годам, некоторые стороны личности позже могут сильно измениться под воздействием обстоятельств, а некоторые качества не будут сформированы до поздней стадии детства, - например, взаимоотношения с людьми своего и противоположного пола.



В следующих главах мы рассмотрим воспитание некоторых черт характера: смелости, проявления любви, честности и надежности, ответственности, независимости, способности к творчеству и самооценки.

Что такое личность?

По мнению специалиста по этике Майкла Жозефсона (цит. по: Ferguson с соавт., 1999), 6 столпов характера таковы: надежность, уважение, ответственность, честность, забота и гражданская позиция. Другие ученые выделяют следующие качества: мудрость, терпение, смирение, сдержанность, скромность, выдержка, простота, уверенность в себе, жертвенность и щедрость. Характер относится к базовым характеристикам личности, в то время как поведение – это внешнее проявление, во многом определяемое привычками.

Мы можем сравнить ребенка с розой. Она цветет, испускает приятный аромат, поражает своей красотой. Однако она имеет шипы. Жалостливые родители аккуратно держат «розу» за стебель, давая ей цвести, но могут уколоться. Нетерпеливый родитель старается избежать шипов, держит ее за мягкий бутон, убивая ее.

Задания

Задание 45: Запоминание обращений к Аллаху

Запомните это обращение и заучите его с детьми:

اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن وأعوذ بك من العجز والكسل وأعوذ بك من الجبن والبخل وأعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال» أبو داؤود

«О Аллах, я ищу Твоего убежища от чувства беспомощности, лени, трусости и скупости, и ищу Твоего убежища от всех презренных черт и прихотей, от небрежения и обнищания, от подлости и унижения» (Абу Давуд)

Обсудите качества, оговоренные в этом хадисе. Почему эти негативные черты должны быть устранены при создании характера? Могут ли родители отложить обучение детей хорошим качествам, которые компенсируют эти негативные черты, до взрослого возраста? Какой личный опыт вы можете предложить своим детям? Обратите внимание на проблемы, отмеченные в хадисе:

- стресс и депрессия
- беззащитность и лень
- трусость и жадность
- неподъемные долги и нахождение под властью других людей

ГЛАВА 15

Воспитываем храбрость

- Введение
- Базовые принципы отваги и страха
- Понимание развития детских страхов
- Детей надо учить эмоциональной храбрости
- Между отвагой и подчинением
- Давление сверстников
- Робость или стыдливость?
- Задания

Введение

Храбрость – это способность прямо встретить опасности, сложности, неприятности. Эта способность может проявляться по-разному - отвага, сила духа, стойкость, мужество, героизм.

Смелость в детях надо поощрять. Мы можем воспитать храбрость, усиливая надежду, предчувствуя успех, вдохновляя их мечты о будущем. Мы можем научить детей контролировать ситуацию, хранить спокойствие, не паниковать. Родители могут воспитать героизм (определяемый как мужество вкупе с благородством) в заботе, помощи и уважении к другим людям.

Ниже приведено поведение, соответствующее храбрости:

1. Отстаивать то, что считаешь верным, даже если ты один;
2. Противостоять давлению;
3. Пробовать что-то делать, даже если боишься не справиться или сделать ошибку.
4. Выражать свое мнение, даже если другие захотят его опровергнуть.

Наиболее распространенные ситуации, в которых от детей требуется смелость:

1. Говорить правду, даже если тебе не поздоровится
2. противостоять задирам и обидчикам
3. противостоять давлению сверстников
4. Приспосабливаться к незнакомым условиям, новому коллективу
5. Сохранять внешние отличия (для мусульманских девочек – носить платок, для мальчиков – шапочку *куфи*)
6. Подниматься выше предыдущих успехов
7. Высказывать непопулярное мнение.

Однако бывают ситуации, когда смелость перерастает в наглость, например, когда дети противоречат родителям, учителям, откровенно противопоставляют себя правилам и законам. Страстное и абсурдное противостояние культуре и религии также не поощряется. Важно не путать установления религии с местными традициями, потому что многие традиции полностью противоречат исламскому закону: например, насильственный брак, безусловная передача опеки над детьми отцу, отказ от образования детей (особенно дочерей), отрицание права женщин на наследование – это прямые нарушения исламского закона. Сюда же относятся и изоляция женщин и девочек, в то время как мальчики и мужчины имеют право идти куда хотят, с кем хотят, и наказание женщин по любому подозрению. Большинство этих обычаев необоснованно подаются как религиозные установления.

Проявления смелости

Пророк сказал:

«Среди главных мучеников - Хамза ибн аль-Муталлиб и мужчина, который выступил против тиранического правителя, сказал правду, и правитель убил его» (al-Nisābūrī, 1990).
Когда Хамза принял Ислам, он бросил вызов язычникам, вредившим Пророку. Он заслужил титул «главный мученик» после того как был убит в битве трусливым нападением сзади.

- «Храбрость - одна из первых добродетелей, потому что если ты не проявил храбрость, у тебя может не быть возможности проявить все остальные» (Самюэль Джексон).
- Томас Джефферсон сказал: «Один храбрый человек стоит многих».
- Ты не сможешь открыть новый континент, не потеряв из виду землю.
- Зло продолжит побеждать, пока хорошие люди не будут проявлять храбрость.

Базовые принципы отваги и страха

Противоположность храбрости – страх, один из фундаментальных человеческих раздражителей. Страх может быть закрепленной реакцией или защитным инстинктом. Родители должны следить за внезапными и постоянными страхами детей. Внезапный страх приходит и уходит; это нормально. Постоянный страх остается и может даже усилиться. Для детей нормально бояться полетов на самолете, высоты, пауков, людных мест. Постоянные страхи могут требовать бесконечного терпения, прежде чем их удастся преодолеть, может даже потребоваться профессиональное лечение. Здоровые страхи – часть повседневной жизни, потому что они помогают взрослым и детям быстро реагировать на опасность: таковы, например, естественная боязнь ядовитых змей или открытого огня. Страх можно назвать нездоровым, когда он мешает людям совершать ежедневные действия.

Ниже даны некоторые предложения, как помочь детям бороться со страхами:

- Родители должны вознаграждать детские попытки преодолеть страхи независимо от их успешности. Особенно важно хвалить за «моральную храбрость» – отказ делать со всеми что-то плохое или произнесение правды, когда ложь была бы выгоднее.
- Лучше всего «разрекламировать» смелость можно на родительском примере. Дети – энтузиасты-имитаторы, потому что они хотят вести себя как взрослые, особенно как их собственные родители. Часто детские страхи -такие же, как у взрослых.
- Родители должны объяснить разницу между храбростью (достойным награды качеством) и «показухой», действиями «на публику». Не надо путать недостаток храбрости с застенчивостью или почтением. Детей надо научить отстаивать свои права и бороться за права других. Родители могут объяснить им понятие «тихой храбрости»: способность сказать «нет» тому, что неверно.
- Родители должны создать дома атмосферу приятия и уважения. Дети нуждаются в безопасном месте, чтобы открыто признаться в своих страхах. Любой страх для детей реален, каким бы беспричинным он ни выглядел в глазах взрослых. Родители должны избегать насмешек или пренебрежения детскими страхами. Боящихся детей нельзя стыдить, наказывать или излишне опекать.
- Устоявшийся распорядок дня своей предсказуемостью дает детям чувство силы и контроля. Детские страхи часто происходят от недостатка информации о том, что происходит в реальности. Если привычный необходимо поменять распорядок, то предварительное обсуждение поможет подготовить детей к событию. Поездки в незнакомое место, неожиданные гости или учебная пожарная тревога могут быть для детей пугающими, потому что они не знают, чего ожидать от этих событий. Можно спросить у ребенка, что, по его мнению, должно произойти, чего он ждет от данного события, а после обсудить, оправдались ли надежды и страхи.
- Не принуждайте детей встречаться с тем, чего они боятся, до того как они будут готовы к такой встрече. Постепенно вдохновляйте их справляться со страхом, пошагово знакомя с тем, чего они боятся. Например, если дети боятся шума пылесоса, они могут потрогать его, когда он выключен, а кто-то другой может включит пылесос, когда родитель держит и успокаивает ребенка. Если вы разрешите детям самим решать, когда опустить лицо под воду во время плавания, то это даст им чувство

контроля и уменьшит страх.
- Не проявляйте чрезмерной заботы, когда ваши дети расстроены. Вы можете только усилить их страхи, внушив им, что есть основания для испуга. Детям надо давать информацию, подходящую их возрасту, спокойно и уверенно. Если, например, ребенок пугается звука сирен, родитель может сказать: «Это очень громкий звук, правда? Это «скорая помощь» – она спешит, чтобы кому-то помочь, и расчищает себе путь».
- Детям надо напоминать с добротой и участием о том, что больше их не пугает, о преодоленных страхах. Это поможет им преодолеть и другие

страхи.
- Помогите детям понять страх: «Собаки лают, чтобы предупредить о своем присутствии и прогнать кого-либо, но они так же общаются и между собой, и так же лают, когда рады кого-то видеть». Не ждите, что детские страхи исчезнут за один раз, будьте терпеливы.
Следует учитывать, что дети воспринимают все, что слышат, буквально. Аргумент: «Если ты не сядешь в автокресло, то тебя заберет полицейский», - может привести к тому, что, завидев человека в форме, ребенок будет стремиться забиться куда-нибудь и «пристегнуться». Шутка бородатого незнакомца: «Какая хорошенькая девочка, так бы и забрал к себе», - способна вызвать неконтролируемую боязнь бород. Смерть не стоит объяснять как сон, потому что дети могут начать бояться спать. И не стоит говорить детям, что страхи – удел малышни, а большие мальчики и девочки должны ничего не бояться, - это слишком большое давление на психику ребенка.

Понимание развития детских страхов

Возраст	Самые распространенные детские страхи
6 месяцев	незнакомцы
8 месяцев	Разлучение с родителями, падения
1 год	Разлучение с родителями, шумы, животные, врачи, ванная
2 года	Разлучение с родителями, приучение к горшку, время сна, врачи, ванная
3 года	Потеря родителей, приучение к туалету, время сна, монстры и привидения, любой, кто выглядит непривычно (с каким-то яркими внешними отличиями, бородой, другого цвета кожи, в другой одежде)
4 года	Звуки, животные, время сна, монстры и привидения, незнакомцы, потеря родителей.
5 лет	Звуки, животные, монстры и привидения, боязнь потеряться, поход в детский сад, потеря родителей.

Это нормально для всех детей боятся чего-то в той или иной степени; это или гром, собаки, пчелы, темнота, или воображаемые вещи, такие как уродливые монстры под кроватью. Когда дети узнают больше о мире, количество вещей, которых они боятся, будет иметь тенденцию к увеличению. Одно исследование показало, что 43 процента детей в возрасте от 6 до 12 лет испытывали множество страхов и опасений. (Американская Академия Педиатрии 2004 цитируется Healthychildren.org 2015) Один из самых распространенных страхов для этой возрастной группы является страх темноты, особенно страх оставаться одному в темноте. Темперамент делает одних детей более склонными к страхам, чем других. Когда родители успокаивают испуганных детей, они помогают им чувствовать себя защищенными. Это чувство безопасности дает им смелость побороть свои страхи.

Младенцы боятся громких шумов, незнакомцев и разлуки с родителями. Ходунки – незнакомцев, разлуки с родителями и всего неизвестного. С развитием воображения дошкольники и младшие школьники боятся темноты, животных, быть обиженными, оставленными в одиночестве, смерти. В добавление к этим страхам школьники постарше беспокоятся, что не соответствуют ожиданиям родителей и учителей. В подростковом возрасте тинэйджеры часто беспокоятся из-за ядерной войны, природных катастроф и терроризма.

Дети могут бояться самых неожиданных вещей. Например, когда они начинают ходить и понимают, что могут уйти от мамы, одновременно приходит и понимание того, что и мама может от них уйти. Видя, как вода сливается в водосток или в канализацию, они боятся, что могут быть увлечены потоком. Окружение - незнакомые места, толпа, ночные тени, - могут усилить страхи.

Когда детские страхи становятся непомерными и начинают осложнять жизнь, родителям стоит поискать профессиональную помощь. Принимая такое решение, взрослые должны задать себе следующие вопросы: как давно существуют эти страхи? Опасны ли они для детей? Влияют ли они на нормальное поведение и отношения? Мешают ли детям страхи спать и играть?

Детей надо учить эмоциональной храбрости

Эмоциональная храбрость проявляется, когда ты не боишься и не стесняешься как-то проявить эмоции, - например, заплакать от боли, обиды, сопереживания. Эмоциональная смелость есть настоящая отвага, она часто оказывается источником силы в жизни. Популярные фильмы, кажется, побуждают мальчиков стремиться только к одному типу храбрости: выстоять перед превосходящим противником. Готовность повергнуть врага, одолеть крупного хищника, победить инопланетянина или монстра, сразиться с вооруженным злодеем – это способы, которыми СМИ демонстрируют представления о мужской храбрости. Мальчикам нужны примеры и эмоциональной храбрости. Они должны видеть такую храбрость в своей семье, в людях, которые их окружают. Общество должно создавать модели героизма, стоящие выше игры мускулов. Хотя многие взрослые проявляют подлинную эмоциональную храбрость в работе и в быту, они очень редко разрешают детям увидеть подобные моменты. Люди должны говорить об этом: отмечать эмоциональную храбрость других, - проявивших смелость, сказав неприятную речь, поспешивших на помощь, когда можно было отвернуться… Когда эмоциональная храбрость обретает конкретное лицо, дети не могут не впечатлиться.

Другое проявление эмоциональной храбрости – способность контролировать эмоции и речь, когда злишься. Это контраст физической силе, что объяснено Пророком:

«Сильный человек - это не хороший боец, но тот, кто контролирует себя в моменты гнева»

(аль-Бухари)

Между отвагой и подчинением

Многие взрослые вспоминают, как их детские страхи только разжигались родителями и учителями, использовавшими тактику запугивания и стыда. Дети были вынуждены слепо следовать требованиям взрослых: «Вы должны быть на виду, но вас не должно быть слышно!», «Замолчи, а то получишь»! Эти формулировки нагнетают страх и убивают храбрость.

Запуганные в детстве ищут ощущение «защищенности», оставаясь на ненавистной им работе или связываясь с неподходящей компанией. Они сохраняют опасения не справиться, не добиться признания, быть отвергнутыми, чувствуют себя виновными за то, что не добились большего, но при этом не сражаются за это большее. Стать свободным – это требует храбрости. Этих людей с детства не учили творить, но постоянно обрывали их попытки творчества и приучили лишь подчиняться.

Давление сверстников

Когда дети маленькие, их родители принимают за них важные решения; когда они взрослеют, то должны учиться принимать собственные решения. Подростки попадают в сложные социальные ситуации, где должны решать сами. Друзья и знакомые могут давить на них, чтобы они попробовали алкоголь, наркотики и секс. Сложно сказать «нет» и пойти против всех.

Имитация – социализация – самостоятельность

Можно выделить три стадии взросления: стадия повторения за родителями – с рождения до 7 лет, стадия социализации – с 7 до 14, и стадия самостоятельности – с 14 до 21 года.

Дети хотят быть частью какой-либо группы и соответствовать ее запросам, им нравится выглядеть более опытными, чем они есть на самом деле. Они не хотят выглядеть «как дети». Для них непросто отстаивать себя и делать то, что, как им кажется, верно (особенно когда друзья подзуживают попробовать пиво или сигареты). Группа может третировать кого-то вне или даже внутри нее. Дети иногда вовлекаются в «битвы амбиций» в маленьком кругу. «Я не буду с тобой дружить» – распространенное оружие, которое дети используют друг против друга.

Даже малыши хотят быть частью группы, и взрослые должны объяснить им, что такое коллективизм и давление сверстников. Если группа детей играет в коллективную игру, например в прятки, важно, чтобы все играли по правилам, иначе один человек испортит удовольствие всем остальным. Однако если группа решает делать что-то рискованное или наносящее вред, то лучшим выходом может быть отказ от соучастия, причем возражение одного ребенка даст смелость и другим детям сказать «нет».

Родители могут обсудить с детьми и индивидуальные особенности. Должен ли каждый быть таким же, как все в группе? Если дети могут отмечать и уважать отличия других, их жизнь в подростковые годы и во взрослом возрасте только обогатится. Родители могут поговорить о лидерах и ведомых. Если взрослые уважают чужие отличия и ценят индивидуальность тех, кто может показаться эксцентричным и необычным, тогда и дети научатся быть толерантными. Если родители не судят людей по их происхождению, одежде, религиозным и расовым особенностям, то и дети будут уважать подобные различия. Сверстники имеют сильное влияние на подрастающего ребенка, но родители могут быть еще более влиятельными.

Друзья необходимы любому человеку, и в нормальное детское развитие входит обучение социализации. Все дети должны учиться, как соответствовать группе, но при этом дорожить своими ценностями и неповторимостью. Когда родители помогают развивать уверенность и храбрость, дети будут лучше подготовлены к противостоянию давлению в группе; они обретут силу сказать «Нет» вещам, которые заставляют их чувствовать себя некомфортно или которые, как им кажется, неправильны.

Храбрость во многом создает лидера. Воспитание храбрости в детях начинается рано и может быть куда проще, чем обычно думают, - ведь исследования показывают, что дети рождаются смелыми, не имея страха окружающей среды. Именно родители закладывают в них страхи, и дети начинают бояться темноты, высоты, привидений, монстров, змей, собак и воды. Методы воспитания имеют огромное влияние на уровень смелости детей. В некоторых культурах запугивание и угрозы являются привычными средствами достижения покорности. Этот подход даже отразился на том, как детей учат вере, религии, запоминанию Корана и прекрасным именам Аллаха. Мы уже говорили – знакомство с верой надо начинать не с понятий наказания и Ада, а с любви, милосердия и Рая.

Расскажите детям о храбрости пророков. Пророк Авраам зашел в храм, разрубил идолов топором и повесил топор на шею самого большого идола; Моисей и его брат Аарон бесстрашно противостояли деспотичному Фараону; Мухаммед молился в Каабе, хотя мекканцы-язычники пугали его и бросали в него камни и внутренности животных. Используйте реальные примеры проявления смелости. Важно, чтобы дети научились чувствовать, что живут в присутствии Бога. Учите детей быть храбрыми и добродетельными личностями, чувствующими свою защищенность и не боящимися никого, кроме своего Господа, Который глубоко любит их.

К сожалению, некоторые родители не разрешают своим детям играть с другими, изоляцией излишне оберегая их от любых опасностей, - мол, плавая, те рискуют утонуть, сев на лошадь – непременно упадут, а в спортивной игре неминуемо поломают себе руки и ноги. Лишая детей выбора и освобождая от

принятия решений, узурпируя любые усилия, родители учат детей трусости. Другой опасностью воспитания является установка: ты – самый лучший, другим детям нельзя доверять, а тебе нельзя ничем рисковать.

Если принято решение воспитывать в ребенке храбрость, надо помещать его в ситуации, которые требуют смелости и оправданного риска. Учите быть защищенным в небезопасном окружении. Объясните детям в лесу, на фабрике и в лодке, что безопасно, что небезопасно, и как понять разницу. Смелость должна быть частью нашей культуры. Помните: Аллах поддерживает храбрых!

Дядя Пророка был назван Хамза, что значит «лев». За храбрость и силу его прозвали *Asadu Allāhi wa Rasūluh*, что значит «Лев Аллаха и его Посланец».

«Мы должны построить плотины храбрости, чтобы сдержать поток страха» (Мартин Лютер Кинг).

РОБОСТЬ ИЛИ СТЫДЛИВОСТЬ?

Мы защищаем стыдливость, а не робость. Робость – это интровертность, боязнь встречаться с другими людьми. Стыдливость – это внимательность к другим, вежливость и уважение. И это значит, что человек не выставляет себя напоказ.

Задания

Задание 46: Делитесь опытом страха

Расскажите детям, какие страхи вы сами испытывали в жизни и что делали, чтобы их преодолеть. Дети могут поделиться своими комментариями и опытом.

Задание 47: 9 способов вырастить труса

- Позорьте и обижайте ребенка, особенно перед его друзьями
- Ругайте его. Говорите, что он ни на что не годен.
- Никогда не доверяйте ребенку, не верьте его словам. Говорите, что он просто не может быть прав и что другие всегда знают лучше.
- Игнорируйте все хорошее – замечайте только плохое.
- Обращайтесь с его братьями, сестрами и кузенами лучше, чем с ним. Всегда сравнивайте их – какой он уродливый и ленивый, какие красивые и трудолюбивые они.
- Всегда держите его рядом, чтобы он был в безопасности
- Балуйте его чрезмерными подарками
- Не разрешайте ему ни с кем говорить. Он всегда должен молчать при других.
- Не позволяйте ему проявлять какую-либо инициативу. Учите его полагаться во всем на других и избегать любых рисков.

Задание 48: Смелость и вера

Обсудите с детьми историю о том, как Курайшиты пытались остановить Пророка.

Пророк сказал: «Дорогой дядя, во имя Аллаха, если они (Курайшиты) опустят солнце в мою правую руку и луну в левую с условием бросить [проповедь] и лишить Послание Аллаха света и руководства, я не брошу, пока Аллах не распространит Свою религию, или я погибну, защищая ее!»

1. Какие проявления храбрости вы можете выделить из истории Пророка?
2. Приведите другие примеры храбрости пророков
3. Приведите примеры храбрости соратников Пророка
4. Расскажите о проявлениях храбрости наших современников разных вероисповеданий по всему миру.

Опишите ситуацию, в которой вы проявили храбрость. Что было трудного? Чем она завершилась? Как люди отреагировали на вас?

Попросите детей рассказать свои истории.

Задание 49. Храбрость. Тест для подростков

Вы храбрый человек? Приведите примеры

Правда	Неправда
☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐

Я думаю, что я храбрый/не храбрый человек, потому что _____

Задание 50: Боритесь с детской боязнью войн и катастроф

В наши дни все больше детей оказываются жертвами войн и катастроф. Родители могут сделать следующее, чтобы уменьшить их страх:

1) Выключайте телевизор во время трансляции новостей, но рассказывайте детям о происходящих событиях.

2) Поддерживайте ежедневный распорядок (отход ко сну, время обеда и молитвы).

3) Сконцентрируйтесь на воспитании детей. Держите их на руках и крепко обнимайте, проводите с ними все возможное время, дайте им как можно больше внимания и тепла. Поощряйте общение, слушая их и откликаясь на их чувства.

4) спокойно реагируйте на страшные события: не проявляйте испуга и скорби, старайтесь, чтобы страшные новости вас не преследовали.

5) Разрешайте детям лучше понять войну, играя в нее, но обратите их внимание не только на собственно перестрелки, но и на госпитали для раненых, лагеря для военнопленных и беженцев.

6) Свяжитесь по почте (обычной или электронной) с детьми из стран, пострадавших от катастроф, обменивайтесь с ними посланиями и подарками.

7) Предложите ребенку написать письмо кому-либо (включая просьбу к Богу): президенту раздираемой войной страны, солдату противника, выжившему после катастрофы. Нарисуйте картины мира для солдат, испеките печенье для пострадавших, соберите необходимые вещи и деньги для фонда помощи.

Задание 51: Как сказать «нет» и все же остаться другом.

Разберите с детьми «стратегию четырех шагов», чтобы они чувствовали себя спо-

койно, говоря «нет». Вы можете отрепетировать несколько ситуаций в зависимости от возраста ребенка.

Пример: Друг вашего ребенка хочет, чтобы тот попробовал курение или пиво, наркотики или секс.

Первый шаг защиты от давления друзей и знакомых – просто сказать: «Нет, спасибо, я не хочу». Часто на этом инцидент будет исчерпан. Ты сделал выбор, и другие будут его уважать.

Второй шаг понадобится, если предложивший продолжает уговаривать, настаивать, соблазнять. Просто повторяйте свой ответ: «Нет, спасибо, я не хочу», - снова и снова, столько раз, сколько нужно. В случаях, когда это уместно, скажите: «Это против моей религии». Не расстраивайтесь, что вам приходится повторяться, и не пытайтесь оправдать свое решение. В конечном счете оппоненту надоест слышать один и тот же ответ. Если это не помогает, объясните причину отказа уверенным голосом.

Третий шаг. Отвечайте вопросом на вопрос, сами давите на «соблазнителя»: «Почему ты пристаешь именно ко мне?» Это заставляет нападающего объяснять свое поведение и демонстрирует, что проблемы у него, а не у вас. Можно предложить альтернативу, чтобы сохранить хорошие отношения.

Четвертый шаг – физический уход от надоедливых уговоров: «Извини, я должен идти». Больше ничего говорить не нужно: вы не должны никому объяснять свои действия и не должны терпеть давление, чувствуя себя дискомфортно.

Поощряйте детей подумать над способами сказать «Нет», если кто-то в классе предлагает им нечто неприемлемое. Если дети поймут, что могут сказать «нет» и остаться друзьями, это освободит их от давления.

(Адаптировано с советов на сайте www.ehow.com)

Задание 52: Храбрость это…

Проиллюстрируйте следующие тезисы реальными примерами.

Храбрость это:

Следовать совести, а не следовать за толпой

Отказываться принимать участие в приносящем вред и неуважительном поведении

Жертвовать личным в пользу других

Говорить то, что думаешь, даже если другие не соглашаются.

Принимать полную ответственность за свои действия и ошибки.

Следовать правилам и настаивать, чтобы другие тоже это делали.

Делать то, что считаете правильным, вне зависимости от рисков и последствий

Противостоять делающим зло и поддерживать делающих добро.

ГЛАВА 16

Учим любви

- Введение
- Принципы эмоциональных полномочий
- Полезные советы для родителей
- Когда дети говорят: «Я ненавижу тебя!»
- Первый ребенок
- Почему родители любят своих детей?
- Отдавай любовь актерам, а ненависть - плохой игре!
- Любовь и уверенность в себе
- Практический путь развития сострадания
- Способы почувствовать себя любимыми
- Должны ли родители учить ненависти?
- Задания

Введение

Дети рождаются готовыми принимать и давать любовь, и родителям надо развивать эту способность. В 6 недель малыши уже реагируют, когда родители воркуют с ними. Родительская способность любить - очень влиятельный стимул для развития детских способностей.

Родителям следует показывать свою привязанность проявлениями нежности. Среди потомков англо-саксонских переселенцев в Америку долго сохранялась традиция избегать каких-либо физических проявлений любви (объятий, поцелуев), особенно между отцом и сыном. Это может частично объяснить, почему американских детей рано влечет к противоположному полу – из-за недостатка выражения чувств родителями в детстве. Доктор Спок критиковал недостаток нежности между отцом и сыном: он сам вырос без отцовского внимания и ошибочно распространил эту модель на своих детей. В мусульманской и других традициях приветствуются проявления отношений через пожатие рук, поцелуи и объятия.

Дети получают первое впечатление о людях от родителей. Если родители полны любви, это разовьет детскую способность любить. Дети будут считать, что все люди дружелюбны, и не будут бояться других. Родителям следует избегать ненужных конфликтов с детьми, даже с годовалыми. Вместо того чтобы запрещать детям трогать опасные вещи и хрупкие предметы (лекарства, стеклянные стаканы, ножи), их надо просто убрать из зоны детского доступа, - это уменьшит ваши «Нет!» и «Нельзя!». Дом должен стать как физически, так и эмоционально дружелюбным и безопасным пространством.

Любовь начинается с кормления грудью. Детей необходимо обнимать, улыбаться им, прикасаться, целовать, нежно потирать. Младенцам надо давать вербальное выражение любви, приятия и одобрения. Когда дети растут, они замечают, как ведут себя родители по отношению к другим. Они любящие и нежные или жестокие и полные недоверия? Это сформирует детскую концепцию мира и поведение ребенка по отношению к другим. Дети также замечают, как родители общаются с домашними животными, растениями и окружающей средой. Взрослые должны показывать,

Один из величайших подарков, который родители могут сделать детям во всех жизненных неудачах и провалах, - это любовь. Сила любящего родителя - одна из самых могущественных на земле.

как они рады дождю, снегу, солнцу, луне и звездам.

Тепло и одобрение тех, кто заботится о детях, – необходимые составляющие здорового эмоционального развития. В первые два или три года личность формируется родителями и нянями. Дети, которые растут в сиротских приютах или лежат отвергнутые в кроватках в детских комнатах, получают травму на всю жизнь. Когда детские эмоции игнорируются или отвергаются, они и не развиваются, а дети, о которых заботились с любовью, идут вперед.

Принципы эмоциональных полномочий

Родители увеличивают эмоциональную силу ребенка, когда дают ему зримую любовь. Подарите ребенку чувство гордости за крошечные свершения и разделите его радость, предложите ему умные игры, отвечайте на его вопросы. Разрешите детям играть свободно, но безопасно, читайте им, показывайте картинки. Дети знают, что они слабы, что у них нет опыта, что они зависимы, и полагаются на взрослых как на лидеров, на их любовь и защиту.

Дети постоянно наблюдают за взрослыми и инстинктивно равняются на них, - так они формируют собственную личность, силу характера, способность к сотрудничеству, учатся, как быть взрослым гражданином, работником, супругом и родителем.

Родители выражают любовь бесконечным количеством способов: улыбкой, счастливым выражением лица, спонтанной нежностью, гордостью от маленьких побед, утешением детей и внушением чувства безопасности, когда те поранились или испугались. Через любовь родителей дети продолжают формировать позитивное отношение к жизни – с друзьями, учителями, супругами, братьями и сестрами, соседями и коллегами.

Дети обретают веру в себя, если родители любят и уважают их. Эта уверенность в себе поможет им чувствовать себя спокойно с другими людьми всю свою жизнь.

В современном недружелюбном обществе детей надо учить любви, чтобы компенсировать жестокость, которая их окружает. Если родители не учат детей любви, как они могут научиться этому где-то еще?

Любовь: концепция Творческого Разума в Коране

Коран описывает сердце *(fū'ād)* как место интуиции, понимания, любви и сопереживания. Институт Математики Сердца (Боулдер Крик, Калифорния, США) показывает, что сердце – мощный агент для преобразования сенсорных ощущений, разрешения спорных вопросов и манифестации ценностей. Гармонизация сердца и мозга любовью – это то, что может утвердить полный рассудок, полную самость. Дух *(fū'ād)* и сердце *(qalb)* – духовный и эмоциональный центры тела.

Когда «в сердце», люди хотят открывать учить и творить. Дети более способны и слушают лучше, когда «в сердце». Когда «без сердца», тогда срыв, гнев, скука, жалость к себе и тревога могут взять верх, и проблемы кажутся не решаемыми. Дети которые учатся любить, остаются цельными и сбалансированными, развивают более полную перспективу жизни, способны принимать мудрые решения, лучше заботиться о себе и других, и передать понимание того, как надо любить, своим собственным детям (Bradley соавт. 2009)

В своей книге «Эмоциональный разум», Гоулеман показывает, что эмоциональные уроки, которые выучивает ребенок, формируют его мозг. Люди, которые выделяются в жизни, как правило не те, у кого самый высокий уровень логического мышления, но те, у кого самый высокий уровень эмоционального. Эмоциональное мышление включает контроль импульсивности, характера и самодисциплины, альтруизма и сострадания (Goleman, 2005).

Миф, что детские интеллектуальные возможности независимы от их возможностей давать и получать любовь, неверны. Восприятие, умственные и эмоциональные отношения, время реакции,

СЕРДЦЕ В КОРАНЕ

Коран описывает человеческое сердце во множестве форм, все они показывают, что сердце есть нечто большее, чем механическая помпа. Самые важные описания сердца в Коране связаны с тем, что он средоточие:

1) ПОЗИТИВНЫЕ АСПЕКТЫ	Imān: вера Taqwā: благочестие и преданность Yahdī: руководство Ya'qilūn: благоразумие Līn: мягкость	Takhsha': осознание Бога Khayr: добродетель Yarbit: сила Mutma'īn: удовлетворение Ra'fah: сострадание	Yutahhir: чистота Munīb: покаяние Yafqahūn: понимание Sakīnah: покой (гармония) Rahmah: милосердие
2) НЕГАТИВНЫЕ АСПЕКТЫ	Marad: болезнь Āthimūn: греховность Nifāq: лицемерие Ru'b: ужас, страх Qāsiyah: грубость Yazīgh: отклонение	Munkirah: непрятие Ta'mā: слепота (сердца) Ghill: злопамятность, ненависть Tartāb: сомнение	Ghamrah: невежество Kal Hijārah: равнодушие Lāhiyah: озабоченность

В Коране 145 мест в которых упоминается сердце. Требуются дальнейшие исследования чтобы расширить наших знания о сердце.

и способности принимать решения – все прямо относятся к здоровью сердца. Мозг выдает лучшие способности восприятия, когда электрические ритмы сердца сбалансированы и находятся в гармонии. Любовь, забота, понимание и сострадание создают сбалансированные и гармоничные сердечные ритмы.

Со сбалансированным сердцем и головой люди развивают мудрость, силу, и честность в выборе и общении. С любовью, чуткость усиливается, общение становится яснее, и развивается понимание. Любовь, сострадание и понимание расширяют творческие способности, улучшают решение проблем и увеличивают наши возможности делать взвешенный выбор.

Когда детям не хватает любви, когда они постоянно боятся и волнуются, они находятся в стрессе и их способности адаптироваться уменьшаются. Кода они поставлены в условия стресса, их нейронные модели мозга добавляются в нейронные модели, ответственные за стресс, и дети с недостатком любви хуже учатся. В любящей атмосфере дети любят учиться.

Физическое сердце отвечает на любовь, и это можно увидеть на ЭКГ (электрокардиограмме) и в частоте сердечных сокращений. Чувство гнева, беспокойства, отчая-

ДЕТИ БОЛЕЕ ОТЗЫВЧИВЫ
И СЛУШАЮТ ЛУЧШЕ,
КОГДА ОНИ «В СЕРДЦЕ»

Полезные советы для родителей

Ниже даны несколько практических советов для развития эмоционального отклика на проявление любви:

- Начинайте, когда дети совсем маленькие

Наполняйте ребенка любовью. Держать детей на руках, обнимать, целовать, разговаривать с малышами – все это учит их чувству защищенности и любви.

- Учите «поступать с другими так же, как они хотели бы, чтобы поступали с ними».

Учите детей обращаться с другими без эгоизма и сконцентрированности только на собственном интересе. Если дети задумаются о чужой реакции и сравнят ее с собственной, это заставит их остановиться и подумать, прежде чем делать что-либо, что может доставить другим неприятности. Взращивайте дружелюбие, а не враждебность.

Когда вас приветствуют, отвечайте еще лучшим приветствием или тем же самым. Воистину, Аллах подсчитывает всякую вещь (4:86).

- Любовь дается примером

Что действительно важно детям – это как родители выражают свою любовь к ним, друг к другу и к другим членам семьи. Не сдерживайте проявления любви, и ваши дети ответят вам тем же.

- Понимайте индивидуальность каждого

У каждого ребенка уникальная личность. Родители не должны ломать личность детей, но учить их показывать любовь. Родители должны учить нетерпеливых детей терпению, робких - храбрости, эгоистичных – душевной щедрости.

ния, или стресса вызывает неровный и беспорядочный сердечный ритм. Чтобы сохранять чувства позитива и веры в будущее, детей надо любить.

Д-р Ильхам Аль Талиб (семинар в центре ADAMS, 2008) объясняет, что такие слова: «Я люблю тебя всем своим сердцем» или «Я люблю тебя из глубины сердца» - верны, потому что сердце – это еще и центр человеческих эмоций, любви, и чувств.

Когда дети говорят: «Я ненавижу тебя!»

После всей той любви, что вы дали ребенку, всех поцелуев и объятий, больших и мелких подарков, походов по врачам и бесконечных утешений этот замечательный любящий малыш может сказать: «Ненавижу тебя!» Думают ли они так на самом деле? Конечно нет! Они ненавидят лишь тот факт, что родители не дают им конфеты на завтрак и не разрешают пойти на вечеринку. Они говорят так в минутном гневе, а не от реальной ненависти.

Дети рано усваивают, что после фразы «Я ненавижу тебя» на них обращается максимум внимания и что родители так ошарашены и обижены на эту фразу, что могут пойти на попятный и разрешить то, чего те и добивались, - достаточно лишь сказать, что вовсе не это имелось в виду. Дети пытаются раздвинуть границы своих возможностей и привлечь внимание. Очень важно, чтобы взрослые сохраняли спокойствие: дети просто ждут от них реакции, но скоро поймут, что фраза «Я ненавижу тебя» не вызывает требуемых уступок, и не смогут манипулировать родителями в будущем. Не стоит бурно реагировать, как бы вы ни были обижены. Очень помогает, если родители отвлекутся от ситуации, пойдут в гостиную и там, сидя на диване, сделают несколько глубоких вдохов. Позовите супруга для ободрения. Под-

готовьтесь к последующей дискуссии с детьми в более спокойное время: «Мы поговорим об этом позже, когда не будем так злиться».

Первый ребенок

Родители с большими амбициями хотят, чтобы и у их детей были высокие стремления: они надеются, например, что дети получат такое же качественное образование и такую же доходную профессию. Все, за что они боролись и чего не достигли, должно, по их мнению, удаться их первенцу. Все ошибки, которые сделали взрослые, заставляют их опасаться, что ребенок их повторит.

С другой стороны, излишне хлопоча над первенцем, такие добросовестные родители могут проще относиться ко второму ребенку, и таким образом младшие дети оказываются более свободны и независимы в своих действиях и чувствах, чем первый.

Просто сказать родителям: «Расслабьтесь с первенцем, дайте ему быть собой», – так же бесполезно, как и призывать не волноваться того, кто впервые сел на лошадь или за руль машины. Лучше отведите ребенка туда, где играют другие дети. Игра – хорошая возможность быть с другим, учиться отдавать и брать. Полезно ходить в гости и приглашать к себе других детей. Проведенное вместе время - это основа способности любить.

Некоторые социологи советуют родителям заводить детей без большого перерыва. Это позволяет братьям и сестрам найти сверстников в пределах семьи, да и родителям легче вырастить за раз целое поколение и перейти к следующему этапу жизни, а не всю жизнь нянчить сменяющихся младенцев.

Зависть противоположна любви, - это значит, что ты хочешь, чтобы все хорошие вещи, которые есть у других, перешли к тебе. Эту серьезную проблему родители должны устранить как можно раньше. Пророк считал зависть социальным злом:

> «У людей все хорошо, пока они не начинают завидовать друг другу» (аль-Табарани).

Новый ребенок часто занимает все внимание родителей: в дом приходят гости, приносят новорожденному подарки, восторгаются им; мать может быть слишком уставшей, а отец слишком занят работой, и у них не остается времени и сил на старших детей. Братья и сестры могут чувствовать себя брошен-

ными, особенно самые маленькие, которые вдруг лишились статуса младших. Это естественная зависть, когда все внимание переходит к младшему ребенку.

Чтобы предотвратить или минимизировать такую зависть, родители могут сделать следующее:

- показать всем детям, что они по-прежнему любимы и желанны;
- когда появляется новый ребенок, удостовериться, что остальные дети не получают меньше любви и заботы. Они по-прежнему должны чувствовать свою важность;
- избегать сравнения и соревнования между братьями и сестрами;
- толерантность, награды и дисциплина должны быть беспристрастны;
- всех детей надо обнимать и целовать так часто, как только можно;
- родители могут разделить со старшими детьми заботу о малыше и подключить их к принятию решений.

Почему родители любят своих детей?

«В этом все люди одинаковы, и богатые и бедные: все любят своих детей» (Еврипид)
«Я люблю его не потому, что он хороший, но потому что он мой» (Рабиндранат Тагор).

К сожалению, многие дети лишаются любви, потому что:

1. они результат случайной связи, насилия или боязни аборта
2. их считают причиной смерти матери при родах
3. они отпрыски родителей, ставших преступниками
4. они - девочки в обществе, где предпочтение отдается мальчикам (в некоторых странах родители получают поздравления, только если родился мальчик)

Почему дети должны отвечать за то, в чем не виноваты?

Не обусловливайте любовь поведением ребенка; родители никогда не должны говорить: «Я буду любить тебя больше, когда твое поведение станет лучше». Дети нуждаются в любви всегда, но особенно - когда кажется, что они ее не заслужили. Родители должны убедить детей, что их любовь не зависит от того, как поступают дети, но любят их всегда и такими, какие они есть. Успех родителей измеряется тем, насколько ребенок чувствует себя защищенным, желанным и более всего любимым. Хотя награды и комплименты желанны для детей, любви они хотят больше всего. Марк Твен сказал: «Награда – это хорошо, похвала - это хорошо, но любовь – это последний и самый дорогой приз, который можно выиграть».

Отдавай любовь актерам, а ненависть - плохой игре!

Любовь между родителями и детьми должна быть безусловной. Детей надо принимать такими, каковы они есть, с их страхами, тревогами, привычками, манерой выражаться и максимализмом, без предрассудков и осуждения. Ваши дети могут не быть самими привлекательными, хорошо образованными или популярными; однако

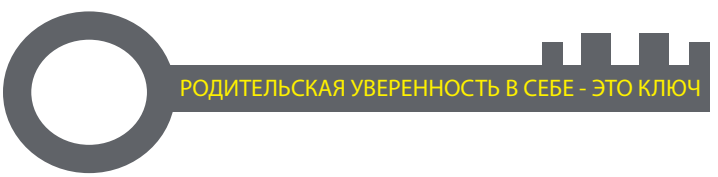
(с помощью Божией) они пришли в этот мир, и значит, заслуживают безусловного приятия и любви.

Недостаточно любить детей молча: говорите им об этом.

«Однажды, когда с Пророком находился некий человек и мимо них проходил другой, он сказал: «О Посланник Аллаха, поистине, я люблю этого человека». Пророк спросил его: «А сказал ли ты об этом ему?» Он ответил: «Нет». Пророк сказал: «Так скажи ему!» Тогда бывший с Пророком догнал того человека и сказал: «Поистине, я люблю тебя ради Аллаха!», – на что тот ответил ему: «Да полюбит тебя Аллах, ради которого ты полюбил меня!» (Абу Давуд)

Любовь и уверенность в себе

Уверенность родителей в себе – это ключ к взаимной любви. Если родителям не удастся убедить детей в том, что знают, чего хотят от своих детей, то дети будут подвергать их проверке снова и снова, что может привести к стрессу. Без любви родительский авторитет превращается в домашнюю тиранию.



Практический путь развития сострадания

Родители любят детей, и дети чувствуют, что любимы. Но любовь можно выражать разными способами. Родители, которые не говорят о своей любви, бывают удивлены, узнав, что дети не понимают, что их любят.

Соучастие должно реализовываться в практических действиях. Например, взрос-

лые жертвуют деньги и время какому-то благотворительному фонду или улыбаются и говорят «привет» людям, которых встречают на улице. Не важно, как много делают родители, важно, что они выражают соучастие. Мать Тереза объясняла: «Мы не можем сделать великих вещей на этой земле. Мы можем делать малые, но с великой любовью».

Вот некоторые практические шаги:

– Обращайте внимание на большое и игнорируйте мелочи.

Соучастие вызывает признательность. Когда вы реагируете на что-то, сделанное для вас, – например, на то, что читаете эту книгу – вы соучаствуете в нашей работе.

- Делитесь тем, что у вас есть, потому что любовь означает делиться и заботиться. Делитесь с детьми деньгами, едой, ручками, бумагой, компьютером, книгами, путешествиями и мыслями.

- Говорите членам семьи, что вы любите их (особенно когда уезжаете на несколько дней).

ЛЮБИТЬ - ЗНАЧИТ ДЕЛИТЬСЯ

Ребенок должен иметь любовь и заботу о других в своем сердце, он должен любить для других то, что любит для себя. Пророк сказал:

«Не уверует ни один из вас, пока не возлюбит для брата то же, что и для себя»
(аль-Бухари)

Любовь - это…

Делиться… нашими самыми яркими надеждами, нашими самыми темными страхами, нашим самым громким смехом, нашими самыми тихими слезами, нашими самыми сладкими мечтами, нашими самыми горькими бедами, нашими высотами и падениями, как можно больше отдавать и заботиться.

Лучший способ забыть свои проблемы – помочь другим решить их.

Ты можешь забыть, с кем смеялся, но не забудешь, с кем плакал.

История из книги Джона Грея «Мужчины с Марса, женщины с Венеры»
Моя знакомая, чье здоровье ухудшалось, не общалась со своим сыном три года из-за того, что сын женился против ее воли. Она поклялась не звонить ему первой. Я предложил ей прервать молчание. Но она настаивала: «Я не могу, он должен извиниться». Она была готова умереть раньше, чем поговорит с собственным сыном. После долгих уговоров она все-таки согласилась позвонить первой. К ее удивлению, сын был благодарен ей за звонок и сразу же извинился.
Когда кто-то один использует возможность и достигает результата, выигрывают все.
Ненависть как кислота: она может разъесть и поверхность, на которую проливается, и сосуд, в котором хранится.

Сколько любви достаточно? Родители могут сделать много «вкладов» в «банк любви», демонстрируя детям свою привязанность. Никто еще не жаловался на то, что получает слишком большие дивиденды. Чем больше любви дают родители, тем больше они получат. Если еще можно «лимитировать» отдаваемую любовь, то получать контролируемое количество любви невозможно. Родители не могут ожидать от детей «возврата любви», потому что любовь - это награда сама по себе. Дети никогда не поймут, как сильно их любят родители, пока сами не станут родителями.

Взрослые должны разрешить конфликт, если у них появляется недопонимание или несогласие с детьми. Столько людей копят мелкие обиды и упрямо ждут, что кто-то другой разрешит их, решив, что это единственный путь прощения ошибок, возрождения дружбы, восстановления семейных отношений!

Если люди позволяют гневу разрастаться, они превращают маленькие проблемы в огромные. Их амбиции становятся для них важнее, чем счастье. Между тем разрешить другому считать себя правым – не значит оказаться неправым. Люди чувствуют себя гораздо лучше, когда отпускают гнев и возвращают радость, разрешая другим считать себя правыми, - их бывшие оппоненты будут относиться к ним с большей любовью.

Не равны добро и зло. Оттолкни зло тем, что лучше, и тогда тот, с кем ты враждуешь, станет для тебя словно близкий любящий родственник (41:34).

- Пожертвовать временем, деньгами и усилиями для ребенка – стоящая жертва. Любовь – замкнутая система: чем больше родители любят детей, тем больше отдают им, а чем больше жертвуют, тем больше любят.

Способы почувствовать себя любимыми

Сэмон (1999) опросил 55 матерей и отцов детей в возрасте от года до 16, как они устанавливают связь со своими потомками. Во всех случаях ответ был – «провожу время с детьми за каким-то делом»: вместе смотрим кино, читаем, что-то обсуждаем... Проводите время в общих делах. Вы можете вместе гулять, изучать ночное небо, заполнить фотоальбом, ходить в магазин и готовить ужин, играть в настольные игры, слушать музыку, читать Коран, молиться, стирать, рисовать, ходить в музеи, собирать фрукты в саду, посещать родственников, работать в саду… Да мало ли что еще!

Должны ли родители учить ненависти?

Хотя надо концентрироваться на любви, нельзя забывать и про ненависть, - важно и то, и другое. Если люди любят Бога, пророков, родителей, родственников, других людей, животных, растения, окружающую среду и мироздание, тогда они должны ненавидеть дьявола, зло, коррупцию, ложь, обман, кражи, насилие, наркотики, алкоголь, курение, зависть, расизм, фанатизм, дискриминацию... Однако, хотя зло надо ненавидеть, тех, кто это делает, ненавидеть нельзя. Надо ненавидеть само зло, а не злодея.

> *Воистину, дьявол является вашим врагом, так относитесь же к нему как к врагу (35:6).*

Задания

Задание 53: Ежедневный ритуал любви

17-летний парень сказал: «Я до сих пор люблю, когда мама заходит в мою комнату пожелать мне спокойной ночи».

Обсудите с детьми свои ритуалы любви. Не забывайте ежедневные *du'ā'* (просьбы к Богу)!

ГЛАВА 17

Обучение честности и надежности

- Введение
- Доверяйте, но контролируйте!
- Основные принципы
- Совмещение характера с мировоззрением
- Почему дети лгут? Как реагировать на ложь?
- Пророческий способ искоренять ложь
- Задания

Введение

Большинство родителей волнуются, когда впервые уличают детей во лжи. Но для большинства детей попытки соврать – это проходящая фаза взросления, часто связанная с поисками возможностей избежать наказания за какую-нибудь провинность. Хотя ложь большинства детей не стоит сильного волнения, родители могут и должны настраиваться на обучение честности. Ложь – это детский ответ на множество факторов.

Дети иной раз путают реальность с фантазиями, мечтами и воображением. Важно не придавать их фантазиям слишком мало значения. Мечты и воображение – ключевые элементы, показывающие, что представляют собой люди, даже взрослые. Не будьте излишне критичными: если дети всегда чувствуют себя в присутствии родителей как на допросе и ждут наказания, они могут сознательно пользоваться ложью как доступным им средством защиты.

Язычники-Курайшиты с детских лет называли Пророка «честным и надежным» (*al-s.ā diq al-amīn*). Слово «доверие» в арабском языке значит множество вещей: веру, уверенность, ответственность, заботу, опеку.

Честность и надежность – необходимые качества добродетельного лидера. Родители должны проповедовать честность и подавать такой же пример детям. Дети должны видеть, что окружающие доверяют их родителям. Те, кто пользуется доверием, имеют больше шансов быть выбранными лидерами своей общины. Одно из качеств, которому учил мусульман Пророк, - это надежность:

«Достойнеший из мусульман тот, кто не причиняет (другим) мусульманам вреда своим языком и своими руками, и благословен тот верующий, кто бежит от запрещенного Богом»

(аль-Бухари)

Даже если у вас есть основания усомниться в правоте слов ребенка, - не показывайте этого, не обвиняйте его во лжи. Между тем ребенку надо продемонстрировать, что доверие – это ценность, которую бывает сложно обрести, но которую легко утратить.

Доверяйте, но контролируйте!

Родители безусловно должны знать, где и с кем проводят время их дети. Не стоит думать, что если вы утром отвели детей в школу, они весь день там и останутся, - некоторые убегают из школы, не предупреждая родителей и учителей. Родители должны время от времени проверять посещение школы детьми - через отметки присутствия в классном журнале, расспросы одноклассников, учителей. Убегая из школы и оставаясь без надзора, дети могут попасть в беду. Важно время от времени проверять их комнаты и одежду, чтобы узнать, не хранят ли они наркотики и не крадут ли деньги и ценности. Объясните детям, что и почему вы делаете.

Обращайся с людьми, как будто они такие, какими должны быть, и ты поможешь им стать именно такими (Иоганн Вольфганг Гете)

Доверяй людям, и они будут с тобой честны; обращайся с ними аккуратно, и они себя покажут с лучшей стороны (Ральф Уальдо Эмерсон) (Exley, 1997)

Основные принципы

Ниже приведены важные пункты, которые надо учитывать при общении с детьми:

Семейные ценности

Дети должны понимать, что ложь аморальна. Покажите им, что ложь имеет негативные последствия. Учите их честности и надежности словом и делом. Родители должны обсудить с детьми их мнение насчет нечестности. Включите «правду» в список ваших семейных ценностей.

Пример для подражания

Показывайте детям пример честности. Не лгите о том, где вы были и что делали, не крадите в магазинах или на работе, не проводите махинации с налогами, будьте честны с супругами.

Родители должны спросить себя: «Какой пример я подаю»?» Важно избегать нечестности, особенно при детях. Взрослые никогда не должны врать о возрасте своих детей: «Детский билет, пожалуйста, ему только 11». Они не должны просить детей их «прикрыть»: «Скажи бабушке, что я в ванной». Родителям надо прилагать все усилия, чтобы выполнять обязанности и обещания, не опаздывать, обещать лишь то, что они гарантированно могут выполнить, особенно когда это касается их детей. Если обстоятельства меняются, объясните эти изменения и воздержитесь от обвинений других. Не играйте со словами, как политик, который сказал: «Я обещал, но я не обещал выполнять обещания».

Учите разнице между фантазиями, невинной ложью и серьезным обманом

Важно объяснить детям разницу между опасной и приносящей вред ложью и,

например, формулами вежливости. Все люди в чем-то врут, как бы они ни отрицали это. Зачем говорить малосимпатичной соседке, что та сегодня прекрасно выглядит? Интересно ли почтальону, спросившему мимоходом, как у вас дела, что все плохо и вам нужна психологическая помощь?

Учите детей понимать разницу между метафорой, сказкой, преувеличением и сознательной ложью. Объясните разницу между реальным и нереальным: поговорите о снах, о фантастике, о киношных спецэффектах. Дети должны отличать возможное и невозможное.

Награждайте за честность

Если у детей сложности с произнесением правды, следует награждать их каждый раз, когда они ее говорят. Дети любят внимание, и надо отмечать и поощрять их усилия.

Обсуждение фактов лжи должно быть личным, с глазу на глаз, чтобы дети не боялись говорить правду.

Спроси, прежде чем взять

Родители могут ввести правило - прежде чем взять что-то, принадлежащее другому члену семьи, необходимо спросить разрешение. Это учит детей помнить об интересах других и уважать их. Кроме того, такой простой способ часто эффективен для профилактики мелких краж.

Взрослые дети

Если повзрослевшие дети постоянно врут, следует обратиться за профессиональной помощью. Многие подростки врут, защищая свое личное пространство, не хотят посвящать взрослых во все обстоятельства своей жизни, окружают себя некоторой секретностью, - это понятно. Их личное пространство надо уважать.

Но и подростки должны уважать родительские ожидания и понимать последствия лжи. Если их ложь – следствие влияния какой-либо компании, в которой они оказались, не поощряйте такую дружбу и постарайтесь предложить альтернативное общение.

Важно, чтобы дети осознали ключевое значение веры, которую они должны иметь в себе. Вера и ее руководство удержат ребенка от ситуаций, основанных на обмане (азартные игры, мошенничество, финансовые «пирамиды», агрессивный маркетинг).

Совмещение характера с мировоззрением

О те, которые уверовали! Почему вы говорите то, чего не делаете? Велика ненависть Аллаха к тому, что говорите то, чего не делаете (61:2-3).

Отчетливо демонстрируйте честность, надежность и способность хранить обещания в вашем доме.

Старайтесь включать разговор о добродетели в обсуждение самых разных тем - политики, истории, науки, литературы... Например, если речь идет о хитрости банковского служащего, виртуозно скрывшего счета от налогообложения и продемонстрировавшего тем самым высокую квалификацию, нелишне акцентировать вопрос – а насколько подобный профессионализм соответствует представлению о добродетели? Обязаны ли ученые отвечать за то, что их открытия и изобретения используются не только во благо человечества? Все ли великие исторические деятели были образцом добродетели? Все ли герои, описанные в литературе, - люди чести?

Распространение лжи – это серьезная проблема, которую нельзя игнорировать и решать которую надлежит осторожно, но решительно.

Пророка спросили: «Можно ли верующему лгать?» Он ответил: «Верующий никогда не должен лгать» (Канз аль Уммаль).

Большая часть правды в современном мире сказана детьми

(Оливер Уэнделл Холмс) (Brown 1994)

Девятилетний ребенок признался: сложно врать, когда смотришь маме в глаза.

Хотя дети рождаются честными, они сознательно или бессознательно учатся лжи. Ложь – это приобретенная способность. Со временем дети учатся врать, и это становится частью их характера. Подростки часто спасаются ложью, чтобы оправдать свои ошибки, сохранить чужие секреты или избежать позорных ситуаций. Чем больше дети врут, тем больше это въедается в их характер. Ложь порождает ложь, так же как честность порождает честность, как объяснено Пророком:

> «Необходимо быть правдивым, ведь правдивость ведет к праведности, а праведность ведет к Раю. Человек продолжает говорить правду и усердствует в правде, пока не будет записан у Аллаха как правдивый. Остерегайтесь говорить ложь, ведь ложь ведет к аморальности, а аморальность ведет к огню Ада. Человек продолжает лгать и усердствует в лжи, пока не будет записан у Аллаха как лжец» (аль-Бухари и Муслим)

Почему дети лгут? Как реагировать на ложь?

Ниже приведены некоторые причины, по которым лгут дети:

- хотят избежать наказания
- присвоили себе чужие вещи
- чувствуют себя отвергнутыми, заброшенными и покинутыми
- хотят получить поощрение за то, чего не делали
- думают, что лгать можно, потому что лгут их родители.

Чаще всего дети врут, чтобы избежать наказания. Их мотивация – получить удовольствие или устранить боль. Родители должны учить детей признавать свое плохое поведение и просить прощения. Если дети взяли что-то в магазине и не заплатили, то родителям надо принять меры, чтобы те вернули украденное и извинились перед работниками магазина.

Если дети ступают на тропу лжи, родителям надо осознать причину этого. Дети часто втягиваются в ложь под давлением; другие врут, потому что им скучно и они хотят получить внимание. Дети, которые смогли привлечь внимание, рассказывая придуманные истории и неправду, могут этим увлечься.

Отслеживать детское поведение, особенно фиксируя место и время, когда они наиболее склонны врать, может быть полезно для осознания масштабов проблемы. Возможно, дети говорят ложь только во время игры, или когда они делают что-то плохое, или же когда хотят быть в центре внимания. Каждое из обстоятельств требует разной реакции.

Ложь надо пресечь сразу же и учить, что нечестность абсолютно неприемле-

ма. Не наказывайте детей за плохие дела, если дети говорят правду. Однако у сделанного ребенком всегда должны быть последствия: например, если он ударил другого ребенка, его надо отвести к родителям обиженного и попросить у них прощения; если его поймали на списывании в школе, то сразу надо ставить неудовлетворительную отметку.

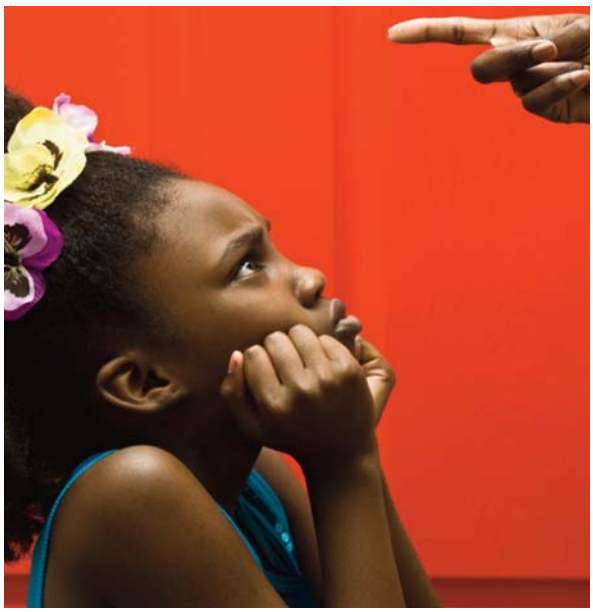
Родители должны реагировать адекватно и вести себя мудро. Это решает две важные задачи: во-первых, дает уверенность, что ворота общения между родителями и детьми по-прежнему широко открыты. Дети получат награду за честность, а лжи будут избегать, боясь наказания. Во-вторых, благодаря хорошим отношениям с родителями дети будут избегать расстраивать их: любовь станет регулятором поступков. Родителям не надо бояться, что «отсутствие наказания за правду» приведет к необдуманному поведению: обоюдная любовь даст достаточный контроль.

В книге *al-Khuluq al-Kāmil* («Цельный характер») Мухаммед Джад Альмавла дает следующие рекомендации:

- Если ребенок врет, потому что слишком много говорит, направьте его на путь молчания
- Если ребенок врет, боясь жестокого наказания, будьте добры и сострадательны к нему
- Если он врет из жадности или чтобы что-то заполучить, не вставайте на его пути, пусть получит, что хочет
- Если он врет, чтобы подшутить или выставить других дураками, накажите его
- Если он врет под влиянием плохих друзей, найдите ему друзей лучше
- покажите ему противоположное тому, что он хочет получить своим враньем.

Подростков надо учить, что ложь - это позор, она противоположна добродетели, честности, справедливости и уважению. Ибн Хальдун советовал:

Просветите лжеца о вреде лжи, противоречащей правильному по-



ведению. Люди любят добродетель, справедливость и честность. Использование насилия в образовании опасно для учащихся. Если ребенок растет в жестокой атмосфере зависимости и угнетения, он будет испытывать стресс и депрессию, которая ведет к лени и наносит вред (аль-Мукаддима, раздел 32, 1992).

Заполните жизнь ребенка состраданием и заботой. Как только он обнаружит вашу неискренность, он потеряет веру в вас и больше не будет вас любить.

Если родители требуют от детей правды в любой ситуации вне зависимости от обстоятельств, то и сами должны всегда говорить правду, чтобы прослыть честными и прямыми людьми. Надежный и честный гражданин заслуживает уважение, сотрудничество и веру других.

Шейх Абул Кадир аль-Джилани из Багдада рассказывал: «Я обещал матери всегда говорить правду. Я покинул Мекку и пошел в Багдад в поисках знаний. Мать дала мне в путь 40 динаров. На наш караван напали грабители. Один из них спросил меня: «Сколько у тебя денег?». Я ответил: «40 динаров». Он оставил меня, думая, что я шучу. Потом спросил второй разбойник, и я ответил то же самое. Он отвел меня к атаману, который спросил меня: «Почему ты говоришь правду?» Я ответил: «Я пообещал матери всегда говорить правду и не хочу нарушать обещание». Атаман испугался, запаниковал и закричал: «Ты боишься не сдержать слово, данное матери, так неужели же я отступлю от заповедей Аллаха?» Он велел своей банде отдать нам все, что они отобрали, и сказал: «Я раскаюсь перед Аллахом у твоих рук». Его последователи сказали: «Ты был нашим лидером в грехе, стань же нашим лидером в покаянии».

Это поучительная история, вне зависимости от ее правдивости. Суть ее в том, что честность может спасти тебя и других.

Пророческий способ искоренять ложь

Молодой человек пришел к Пророку и сказал: «О Пророк Аллаха, я не молюсь, совершаю блуд и лгу. От чего из этого я должен отказаться прежде всего?» Пророк сказал: «От лжи». Позже юноша попробовал совершить блуд, но сказал себе: «Пророк может спросить меня, согрешил ли я? Если я скажу «нет», я совру, а если скажу «да», то столкнусь с наказанием за грехи». (Tibrisi, 1991)

Избегая лжи, одного из главных грехов, ты также избегаешь и других пороков.

Говорить правду – серьезная задача даже в кажущихся тривиальными ситуациях. Пророк сказал: «Если ты предлагаешь ребенку подойти и взять конфету из твоей закрытой руки, но ничего не даешь – это есть ложь» (Ахмад).

Пророк также сказал:

«Худший из людей – двуличный человек, который перед одним человеком имеет одно лицо, а перед другим меняет его» (аль-Бухари)

Честность и надежность в добавление к любви и смелости – те черты характера, которые приносят удовлетворение родителям.

Задания

Задание 54: Делиться опытом

Расскажите детям ситуации, когда вы сказали правду или могли соврать. Какие уроки вы извлекли из лжи и как ее исправляли? Дети тоже могут поделиться своими историями.

Задание 55: Один из самых пагубных грехов, от которых вы хотели бы уберечь детей

- Расскажите детям реальные истории, в которых люди рисковали разрушить свою жизнь ложью.
- Напомните детям, что язычники Мекки называли Мухаммеда «честным и надежным» еще до того, как он стал Пророком.

ГЛАВА 18

Обучение ответственности

- Введение
- Закладка фундамента
- Возможности на разных ступенях развития
- Принципы, которые следует развивать
- Практические предложения
- Объедините привилегии и ответственность
- Задания
-

Введение

Быть ответственным – значит выполнять свой долг, когда тебе не напоминают, не давят и не принуждают. Это способность принимать решения и быть готовым отвечать за их последствия. Пророк говорил:

«Тот, кто не заботится о делах мусульман, не один из них» (Ахмад);

«Не может быть верующим тот, кто спокойно спит с полным брюхом, зная, что его сосед голодает» (аль-Табарани).

Учить детей ответственности необходимо. Дети должны выполнять свои ежедневные обязанности без напоминания. Ответственные дети сами предлагают помощь, их не надо просить или объяснять задачу; у них также есть желание доводить дело до конца и преуспеть в нем. Один из способов привить ответственность – научить самоконтролю. Дети должны понимать важность своих действий и последствия этих действий. Хорошая привычка – перед тем как заснуть, отчитаться пред собой за совершенные в течение дня дела. Родители должны вложить в детские сердце и разум любовь и страх Божий, чтобы те были внимательны и держались прямого пути. Говорите детям, что Бог с ними везде, где бы они ни были, – это усиливает их чувство ответственности.

Однако ответственность – нечто большее, чем послушание или уборка в комнате без напоминания. Это и осознание того, что верно, а что нет, как чье-то действие отражается на других людях, и понимание, почему важны правила. Чтобы учить ответственности, родители сами должны быть ответственными.

Хороший пример: отец и сын спешат в магазин до закрытия. Они останавливаются, чтобы помочь женщине поднять детскую коляску по ступеням. Ребенок учится, что хорошо помогать другим, даже если ты упустишь свою выгоду.

Если дети берут на себя ответственность, родители должны заметить это и выразить одобрение. Награда за желаемое поведение стимулирует новое желаемое поведение. Люди часто не замечают ситуаций, когда ребенок ведет себя ответственно, или принимают их как должное; хуже того, многие родители замечают, только когда их дети ведут себя безответственно. В результате дети могут сказать: «Когда я прав - никто этого не замечает, когда я не прав - никто не забывает». Родители должны говорить: «Спасибо, ты очень помог». Они должны быть особенно внимательны, отмечая поведение, которое важно для них, но не так важно для ребенка, например: «Я заметил, что ты отнес книги в свою комнату, а не оставил их на кухонном столе. Прекрасно – теперь я могу приготовить стол к обеду». «Молодец, что ты сразу повесил свой пиджак в шкаф, а не на спинку стула, - мне нужен стул, а руки у меня грязные».

Принимать хорошее решение – предпосылка к ответственному поведению. Дети, которым всегда подсказывают, что нужно делать, редко учатся делать правильный выбор: они не подготовлены к ответственности. Важно давать детям делать выбор, потому что вся взрослая жизнь состоит из принятия решений. Вместо того чтобы расписать дела для всех членов семьи, напишите общий список и вместе решите, кто чем займется; сообща разделите обязанности, чтобы каждый выбрал то, что он не против делать, но также установите систему перехода обязанностей, чтобы кто-то один не был вынужден делать все время одну и ту же скучную работу. Включая детей в этот процесс, родители показывают, что доверяют младшим и ценят их мнение, и это помогает детям стать ответственными партнерами, делает их частью команды. Этот практический путь учит их принятию решений, *shūrā* (совещательности) и ответственности.

Закладка фундамента

Если вы ответственные родители, - полдела сделано. Важно научить детей следовать за вами по пятам.

Детям нужны адекватные знания и хороший характер, чтобы подготовиться к взрослой жизни. Ответственность – один из главных элементов хорошего характера. Если взрослые думают, что дети должны только играть и получать удовольствие, то дети полностью оправдают эти ожидания и не будут способны помогать в каких-то делах. Если родители думают, что дети всегда будут эгоистами, дети легко будут соответствовать и этой модели поведения. Самый надежный путь вырастить вздорных, эгоистичных и беспомощных детей – занизить требования к ним. Однако если родители считают, что каждый вне зависимости от возраста и возможностей должен приносить пользу семье, тогда их действия, отношения и ожидания отразят это, и дети узнают ценность ответственности.

Мы хотим вырастить детей, которые преуспеют в жизни. Ответственность – это навык, которому учатся, и детям надо дать орудия, чтобы научиться этому навыку.

Ребенок должен начинать учиться ответственности в раннем возрасте. Дети, которые растут в атмосфере полной свободы и потакания капризам, теряют проявить ответственность. Некоторые

родители идут слишком далеко в попытках создать детям защищенный «рай» и не позволяют им испытать последствия негативных действий. Их дети растут с чувством, что им все должны.

Дети не могут быть ответственными, если не знают, чего от них ждут, и могут научиться этому, только если их будут учить. Обучение и тренировки – неотъемлемые части отношений «родитель-ребенок». Быть ответственным – это навык. Дети не начнут убирать игрушки, если им не показали, как это надо делать; став взрослыми, они не будут вовремя возвращать взятые вещи или соблюдать график работы. Лучше всего учить детей ответственности по чуть-чуть, день за днем.

Не поощряйте бездеятельность. Этого можно избежать, давая подросткам задания. Однако это значит нечто большее, чем мытье посуды дважды в неделю и вынос мусора по вечерам. Если обязанности детей сводятся к напряжению по 40 минут в неделю, они будут неподготовленными.

Начинайте с раннего возраста.

Маленькие веточки будут выпрямляться, если вы попытаетесь их распрямить.

Но они уже не распрямятся, если вырастут и станут деревом.

(арабская поэзия)

Начните в дошкольном возрасте. Если в семье ожидается появление нового ребенка, старшим детям надо сказать: «Мы будем вместе заботиться о малыше». Им понравится идея быть ответственными партнерами в таком важном «проекте». Ребенок прекрасно может приносить своему маленькому братику чистые подгузники, класть грязные детские вещи в бельевую корзину, поднимать игрушки, которые тот уронил. Учите его, что это привилегия – работать вместе и служить малышу. Суть - в «актив-

ном включении в деятельность». Вместо того чтобы просто наблюдать за родителями, дети должны им помогать.

Возможности на разных ступенях развития

Малыши и ходунки.

В этом возрасте дети начинают проверять родителей на крепость. К примеру, 2-летний малыш выбрасывает игрушку из манежа, чтобы привлечь внимание, потом бросает игрушку в гневе, а затем провоцирует реакцию взрослых. И тут важно, чтобы родители, а не дети, устанавливали границы: если он бросит игрушку один раз, родитель может ее поднять и подать ему, однако, если ребенок бросает игрушку снова и снова, то нужно ее убрать вообще, - тогда малыш будет знать, что негативное поведение не поощряется.

Когда малыши превращаются в «ужасных двухлеток», они исследуют, какие действия сильнее всего искушают родительское терпение. В этом возрасте дети должны усвоить, что плохое поведение может повлечь наказание, и коль скоро вы сказали: «Если ты не прекратишь…, мы пойдем домой», – то приведите эту угрозу в действие. Если родители приучат ребенка, что их предупреждения - не пустой звук, то приобретут больше веса в глазах детей. Важно, чтобы это делали оба родителя.

Раннее детство.

В раннем возрасте детей надо учить заботиться о себе. Они должны причесываться, чистить зубы, завязывать шнурки и убирать за собой. Если давать им небольшие задания по дому, это повысит их самооценку – они ощутят себя помощниками. Дети, которые отказываются выполнять повседневные обязанности, должны знать, что это будет иметь последствия; если дела не выполнены, они могут быть лишены прогулки, общения с друзьями, телевизора или каких-то развлечений. Как только они закончат дела, они могут делать что пожелают.

От младших школьников к подростковому возрасту

Когда дети подрастают, зона их ответственности увеличивается. Регулярное поощрение поможет усилить их чувство собственной значимости. Награждайте детей за то, что они ответственны: за заботу о домашнем питомце, за хорошие результаты в дневнике; отмечайте свою гордость за то, что дети такие ответственные.

Если дети плохо успевают в школе и мало помогают дома, надо искать корни этой проблемы. Дети ведут себя лучше, когда поставлены в строгие границы. Те, для кого не существует твердого стандарта поведения дома или в школе, перестанут оправдывать ожидания. Создание зоны ответственности – это часть формирования воспитательной среды.

К подростковому возрасту детям приходится столкнуться с давлением сверстников. Те, у кого уже выработалось чувство ответственности, меньше рискуют поддаться этому давлению и соблазнам. Оставляйте линии общения открытыми – это даст детям возможность обсудить с родителями свои проблемы и дать выход своим чувствам.

Подростки

Подростки получают огромное количество возможностей для того, чтобы разочаровать взрослых. Тинэйджеры, которые отличают правильное от неверного и понимают, что плохие действия имеют плохие последствия, сумеют сделать правильный выбор.

Продолжайте вкладывать в детей чувство ответственности. Если основа уже заложена, у родителей будет возможность обсудить с детьми, что действительно важно для их будущего. Дети должны знать, что ответственность важна для успеха. Помогайте детям двигаться к целям, которые можно достичь.

Юность

Если вы научили детей ответственности, они уверены в себе и готовы к самостоятельной жизни без постоянной родительской опеки. Родители, которые держали детей в зависимости, обнаружат, что молодежь остается привязанной к семье и не готова к принятию самостоятельных решений. Взрослые, плохо представляющие себе последствия своих действий, могут оказаться в сложных ситуациях, но будут пытаться обвинить всех и вся. Выстраивание каких-либо отношений для людей, не обладающих чувством ответственности, всегда будет проблемой.

Принципы, которые следует развивать

Пусть работа приносит удовольствие

Ходунки и дошкольники верят в то, что говорят взрослые, и их можно убедить в том, что любая, даже не особенно приятная работа доставляет удовольствие. Уборка комнаты и приготовление пищи могут превратиться в веселую игру. В подростковом возрасте такие дети будут трудолюбивыми помощниками по дому. Родители должны соблюдать определенную аккуратность в том, что они говорят детям; слыша: «Мама бы хотела с тобой поиграть, но ей нужно работать»,

- ребенок сделает вывод, что работа препятствует удовольствию и потому нежелательна. Вместо этого можно сказать: «Давай повеселимся и подметем пол. Ты можешь держать совок. Правда, весело?»

Учите детей, что никакая работа по дому или саду не унижает их. Важно выработать отношение к работе не как к обязанности, но как к привилегии. Родители должны объяснить детям благословение физического труда, - ведь многие люди не имеют работы или не могут выполнять какие-то простые операции по состоянию здоровья. Родители не должны упускать ни одной возможности привить детям энтузиазм физической работы и ответственность.

Взрослые могут сопроводить выполнение домашней работы веселой музыкой, шутками, интересным разговором. Атмосфера радости помогает улучшить детское отношение к работе и ответственности. Если работа превращается в игру всей семьей, это поможет избежать возмущения от того, что один ребенок выполняет задание, а остальные веселятся. Если предстоят работы в саду, то гораздо лучше, если в них примет участие вся семья.

Работайте вместе

Родители, знайте, что слово «мы» благотворно действует на детей. Например, можно сказать: «Мы всегда кладем грязную одежду в стиральную машину, а не бросаем на пол». Детям нравится быть частью целого, и слово «мы» вдохновляет их лучше, чем нудные лекции. Вместо того чтобы говорить ребенку: «Прибери комнату!» родители могут сказать: «Давай-ка уберем комнату вместе».

Дети лучше развиваются и приобретают полезные навыки, когда делают что-либо вместе с родителями. Они чувствуют себя любимыми и приходят к работе в команде и ответственности с помощью родительской любви. Это позволяет выработать позитивное отношение к любой работе.

ДЕСЯТЬ ПРАВИЛ, ЧТОБЫ СПРАВИТЬСЯ РАБОТОЙ В САДУ

Когда дети выходят гулять, они должны сделать 10 маленьких дел перед тем как начать играть. Это может быть: поднять 10 камней, вырвать десять сорняков или 10 засохших цветов, положить в мусор 10 больших сухих листьев... Вместо этого можно сделать одно большое дело: почистить двор граблями, полить клумбы. Это учит их помогать заботиться об общем имуществе.

Родители должны вдохновлять детей выращивать пищу самим.

Один ливиец рассказал мне, как разделил сад на 6 грядок и каждую отдал одному из шестерых детей, позволив выращивать на них все, что те захотят. Если жене нужны были овощи для семейного обеда, она могла спросить у детей, есть ли у них немного помидоров или перца для ее нужд. Этот сад был прекрасно ухожен, и все споры о работе в саду решились сами собой!

Дошкольникам надо предоставлять возможность выбора, но, безусловно, есть ситуации, когда дети слышат: «Ты обязан сделать то-то и то-то». Не совершайте ошибку, воспитывая детей в лени, не заставляя их делать то, что им не хочется. Важная часть ответственности – научиться подчиняться необходимости вопреки своему нежеланию и пристрастиям. Будьте любящими и твердыми одновременно.

Приучайте к ответственности постепенно

Одна из ошибок родителей – позволять детям только играть, пока те не достигнут «ответственного» возраста. Потом на ребенка вдруг сваливается слишком много работы и много обязанностей. Помогайте детям постепенно выполнять больше работы и брать на себя больше ответственности. В некоторых развивающихся странах дети, особенно девочки, должны смотреть за младшими детьми, собирать хворост, носить воду и помогать по дому. Дети, которым исполнилось 8, отправляются работать в услужение.

К 19 годам многие юноши работают уже полноценную рабочую неделю. Молодые люди, привыкшие к возрастающему уровню ответственности, будут лучше приспособлены к полному рабочему дню.

Уже в «детсадовском» возрасте ребенок должен быть приучен к определенному распорядку и выполнению несложной работы по дому. Постепенно у него появятся и другие обязанности. Дети шести лет могут каждый день накрывать на стол, заправлять постель, помогать вытирать посуду, кормить домашних животных, убирать со стола, развешивать выстиранное белье для сушки. Подростки могут стирать, мыть посуду, стричь газон, сидеть с младшими братьями и сестрами, а также выполнять какую-то работу с неполной занятостью или же волонтерскую работу в общине.

Не поощряйте самоотстранение

Детей надо учить, что все члены семьи имеют обязанности. Если вы разрешаете ребенку спорить и препираться и снисходительно воспринимаете его отказ работать, он не учится быть полезным другим. Если все время концентрироваться на том, кто сколько сорняков вырвал или кто сколько посуды вытер, в семье разовьются отношения, негативно влияющие на общую гармонию. Закладывайте понимание работы в команде. Родители могут сказать: «Когда стол будет чистым, мы все сможем посмотреть фильм или пойдем гулять в парк», или: «Если мы сделаем всю работу в саду, мы сможем вечером поесть мороженое»,

«Когда мы все приведем в порядок, можем устроить небольшое путешествие, чтобы отпраздновать». Групповая награда создает гармонию, повышает работоспособность в команде и ответственность. Детей можно попросить сделать что-то за, например, заболевшего. Важно поощрять их помогать друг другу и нести ношу друг друга. Старшие дети должны помогать маленьким с домашней работой, а младшие - старшим.

Практические предложения

- Не давайте детям слишком много заданий. Родители должны осознавать возможности и склонности детей и давать им задания, которые те могут выполнить. Успех и награда мотивируют их делать больше, а излишняя загруженность может привести к неудачам и разрушению мотивации.
- Ожидайте от детей проявления ответственности. Родительские ожидания мотивируют детей. Давая ребенку какое-либо задание, определите приемлемое время для его выполнения. Разрешите детям выполнить задание по-своему, не наблюдая и не напоминая, но помогите, если им не удастся справиться.
-Не называйте ребенка безответственным. Если ребенок сбегает в кино, когда обещал помочь друзьям подготовиться к тесту, родителям надо воздержаться от обвинений, - лучше воодушевить его помочь друзьям как можно быстрее. Если ребенок склонен к забывчивости, родителям надо воздержаться от ремарок вроде: «Если бы у тебя была голова на плечах, ты бы не забыл». Такие слова приносят боль и вызывают уныние. Осуждайте поведение, а не человека.
- Детям надо помогать с организацией их распорядка. Учите их распределять дела после школы. Покажите им, как рассчитать время для домашней работы, как сделать всю работу и оставить время на отдых и игры во дворе.
- Разделяйте большую задачу на составные части. Если ребенку нужно написать доклад, он может обсудить с родителем, как много времени уйдет на поход в библиотеку, поиск данных в Интернете или написание разных частей текста. Детям надо помогать разбивать проект на несколько частей, с которыми они способны справиться, и составлять подробный план.
- Родители не должны делать домашнюю работу за детей. Малышей надо приучать к мысли, что они самостоятельны и у них есть собственная зона ответственности.
- Детей надо учить отвечать за свои ошибки. Родителям не надо в любой ситуации спешить им на выручку.
- Детей надо учить распоряжаться деньгами. Они не должны тратить больше, чем у них есть – выдаваемые ли это карманные деньги, подарок от бабушек и дедушек или собственный заработок. Не давайте детям денег в

долг и не позволяйте обращаться к родственникам. Если ребенок хочет самостоятельно приобрести что-то, на что у него не хватает своих денег, ему следует подождать, пока не накопится достаточно сбережений, или поискать возможность заработать недостающую сумму. Детей, у которых есть работа, надо учить не тратить заработок сразу, а откладывать его часть. Когда они подрастут, можно обсудить с ними, как родители управляются со своими деньгами и типы сбережений и инвестиций, которые используют люди. Это идеальная возможность объяснить коранический запрет ростовщичества и научить их исламской банковской системе.

- Поощряйте детей к поиску работы. Это может быть волонтерство, работа после школы или на лето. Дети, чьи родители имеют свой бизнес (магазин, отель, ресторан, ферма), должны помогать на рабочем месте с раннего возраста: они научатся приходить вовремя, быть вежливыми, как бы себя ни чувствовали, и быть уверенными, что их обязанности выполнены.

Родители не могут уволить ребенка!

Все работники знают свои обязанности и должны выполнять их в срок, или же будут уволены. Хотя родители не могут «уволить» ребенка, они могут направить его и научить ответственности.
Есть дни, когда дети не могут выполнять свою работу (они ночевали у друга или ходили в поход). Однако, как на настоящей работе, они могут заблаговременно попросить «отгул». Неправильно прийти утром к родителям и сказать: «Простите, я не смогу сегодня посидеть с младшими, потому что вчера я был на вечеринке и не выспался».

Объедините привилегии и ответственность

Многие дети уверены, что сам факт их существования дает им какие-то привилегии, а родители должны им служить. Одна семья имела такой ритуал: каждый год ребенку давали новую привилегию, но и новую обязанность, одно следовало за другим. Дети могли выбирать эти новые права и обязанности, но родители весьма серьезно относились к изменению их «статуса».

Пример 1: Ваша дочь несколько лет просила завести кошку. Она согласна сидеть с братом раз в неделю, - что же, позвольте ей завести котенка при условии, что она сама будет заботиться о нем, иначе котенка отдадут в чужие руки. Так привилегия иметь питомца связывается с оговоренной обязанностью сидеть с младшим братом.

Родители должны предугадывать определенные последствия действий детей и спасать положение, когда дети делают ошибки. Один из лучших путей научить ответственности – показать последствия пренебрежения обязанностями. Например, если за какое-то нарушение на подростка наложен штраф и ребенок сам может его выплатить, родители не должны брать уплату на себя.

Пример 2: сына попросили по пути из школы купить пакет молока, а он забыл. Не надо бежать в магазин, - матери надо приготовить ужин без молока, а на утро ребенок поест овсяные хлопья всухомятку.

Пример 3: Дочь несколько раз поздно выходила из дома и опаздывала на школьный автобус, несмотря на попытки матери поторопить ее. Каждый раз мать сама отвозила ее, всю дорогу читая ей лекцию о пунктуальности. Однако дочь быстрее бы поменяла свое поведение, если бы пару раз прогулялась до школы пешком. Если это небезопасно, мать может отвезти дочь в школу позже, когда закончит некоторые дела. Дочери будет стыдно приезжать в школу, когда уроки уже начались, и эта ситуация даст ей шанс исправить ошибки. Такие уроки легко усваиваются.

Пример 4: Была очередь сына готовить ужин, но ребенок заигрался в футбол и поздно пришел домой. Вместо того чтобы кричать на него и самой начать готовить ужин, мать может сказать: «Ужин должен быть на столе». Виновник может сварить яйца, сделать по-быстрому сэндвичи с сыром или же попробовать поменяться очередью с тем, кто должен готовить ужин завтра. В данной ситуации важнее не ужин, а мотивация серьезно относиться к своим обязанностям по отношению к семье.

Некоторые дети имеют привычку винить в своих ошибках других людей и обстоятельства. Взрослые могут вспомнить о собственном опыте, который наверняка расстраивал их собственных родителей, которые ожидали от своих детей большего.

Коран обращает внимание на действия и последствия:

> *Тот, кто сделал добро весом в мельчайшую частицу, увидит его. И тот, кто сделал зло весом в мельчайшую частицу, увидит его (99:7-8).*

Ответственность и надежность – базовые принципы, которым мы должны научить детей. В следующей главе мы поговорим о концепции независимости, которую важно внедрять вместе с обучением ответственности.

Требуйте от детей делать
свою часть домашних дел
и считайте их ответственными.
Они могут расстроиться,
если у них не получится,
но заведомо обречены
на неудачу, если не попробуют.

Задания

Задание 56: Бог видит все

Пусть дети прочитают и прокомментируют эти истории:

1) В столовой летнего лагеря над подносом с фруктами была надпись: «Берите по одному яблоку, Бог все видит». В конце линии раздачи лежали печенья без подписи. Один из детей написал: «Берите сколько хотите, потому что Бог занят – Он следит за яблоками» (пастор Пит Мартин на приеме в честь Рамадана в МИИМ, октябрь 2007).

2) Когда халиф Умар ибн аль-Хаттаб увидел, что торговец обманывает покупателей, он велел глашатаю объявить:: «Кто обманывает - не один из нас. Добавлять воду в молоко перед продажей – противозаконное деяние».

После этого в доме в Медине состоялся следующий разговор:

Мать: Дочь моя, встань и добавь воду в молоко, чтобы мы заработали больше денег.

Дочь (вежливо): Ты разве не знаешь, что глашатай Умара сказал сегодня – нельзя добавлять воду в молоко.

Мать: Делай что я говорю, - ни Умар, ни его глашатай нас не видят.

Дочь: Как я могу слушаться повелителя прилюдно и нарушать его запреты, когда меня никто не видит? Умар и его глашатай не видят, но Бог Умара видит нас всегда!

Задание 57: Урок о несчастных случаях и ответственности

Ответьте на следующие вопросы и подумайте над комментариями:

Ваш 12-летний сын играет в футбол на заднем дворе, ударяет по мячу и разбивает соседское окно.

Вы:

1) Звоните соседям, говорите, что оплатите окно, и наказываете сына.

2) Скажете сыну, чтобы он пошел и объяснил, что случайно разбил окно и заплатит за него. Вы платите за окно и вычитаете эту сумму из его карманных денег.

3) Говорите сыну, чтобы он пошел и признался, что случайно разбил окно и что заплатит из своих сбережений (если они есть) или заработает деньги, чтобы вставить стекло.

Комментарий: Это идеальная ситуация, чтобы научить сына принимать ответственность за свои действия без злости и наказания. Если вы действуете по первому варианту, ребенок не научится ничему, кроме того, что родители выручат его в трудную минуту. Зачем наказывать его? Это случайность.

Вариант 2 - хороший первый шаг, учащий признавать вину и просить прощения.

Вариант 3 заставляет ребенка полностью взять на себя ответственность за случившееся.

ГЛАВА 19

Обучение независимости

- Введение
- Миф
- Достоинства возраста
- Предоставьте ходунку найти собственный путь
- Отделение: как справиться с излишней зависимостью
- Подростки – реальность
- Влияние стиля воспитания: авторитет против силы
- Навыки для укрепления самостоятельности
- Подсказки для родителей
- Советы или самостоятельность?
- Если родителям не нравятся друзья детей
- Помогайте принимать решения
- Шаги к принятию решений
- Задания

Введение

Американские родители жалуются, что дети ждут от них слишком многого и слишком долго. Общество не справилось с задачей подготовки детей к независимости.

Налицо ужасная ирония: родители хотят, чтобы их дети были счастливыми, но воспитывают их так, что они неизбежно навлекут на себя несчастья. Родители вкладывают в свое потомство все больше и больше финансовых и эмоциональных ресурсов, искренни в своей отдаче, стараются реализовать в детях собственные амбиции. Современные дети не учатся быть независимыми – от них этого и не ожидают.

«Супер-родителей» можно выделить по двум принципиальным пунктам: по тому, что они делают для детей, и по тому, что они им дают [для дальнейшей жизни отдельно от родителей]. Одни делают все, что могут, чтобы у детей были все преимущества: по совету экспертов организуют пространство детских комнат и красят стены в «стимулирующие» цвета, покупают множество образовательных игрушек, оплачивают курсы массажа, записывают малышей в секции гимнастики, возят на прогрессивные дошкольные занятия и поощрят их играть в футбол с 4-х лет. Они жертвуют временем, дружбой и собственными интересами – а иногда даже и сексуальной жизнью; они разрешают детям перебивать себя и используют для обучения любой подходящий момент; они пользуются каждой возможностью повысить самооценку детей. Представители среднего класса придумывают программы детских праздников, превращая своих детей в принцев и принцесс, продолжают дарить им подарки и выполнять каждое желание, даже когда дети явно становятся избалованными; они не хотят лишать детей чего-либо. К сожалению, это ведет к беде: оберегая детей от любых рисков, не разрешая им даже пробовать быть

самостоятельными, мы лишаем их главного.

Многие родители в США сами воспитывались по-другому. В то время дети проводили время исключительно со сверстниками. Мать могла сказать: «Не отвлекай меня, если только не поранишься до крови». Спорт был повседневным занятием после школы, а не частью программы выходного дня, и родители не всегда приходили на матч школьной команды. Воспитание было предоставлено школьным учителям. Родители как-то не особо волновались, счастливы ли их дети, - их больше заботило собственное счастье.

Учить детей независимости не значит отрывать их от родителей. Каждый член семьи должен быть и самостоятелен, и сохранять связь с ней.

Когда нынешние родители были детьми, в США семьи были больше, дома - меньше, а социальных служб, пожалуй, и совсем не было. Многие старшеклассники и учащиеся колледжей вынуждены были подрабатывать, чтобы обеспечить свои же нужды. Они получали машины не за хорошую учебу, а только когда могли сами за них заплатить. И родители, и дети предполагали, что закончив учебу, молодые люди найдут работу и станут самостоятельными. Это предполагало полную независимость.

Современные родители, кажется, слишком много думают о том, чтобы дети чувствовали себя хорошо, и забывают научить их необходимым для жизни навыкам. Задача формирования достойного человека, который заботится не только о себе, перестает быть приоритетной. Дети, которым дают слишком много, начинают слишком любить себя и слишком мало заботятся о других. Капризные дети становятся плохими соседями по комнате и еще худшими супругами; с годами у них появляется только больше запросов и желаний – и родители не могут им отказать, или же, говоря «нет», все равно уступают. Они хотят, чтобы их дети были счастливы во что бы то ни стало, и полагают, что чем больше дадут, тем дети будут счастливее. Результат – безответственные и зависимые молодые взрослые и ужасно обиженные родители. Они больны и устали, и не знают, что с этим делать.

Этот феномен, конечно, более справедлив для богатых семей, в которых дети видят в родителях только источник денег. Однако и многие представители среднего класса, привыкшие беречь деньги и жить скромно, оказывают значительную поддержку своим дочерям и сыновьям. Такие дети вырастают полностью зависимыми растратчиками родительских сбережений.

Нередко родительская «помощь» - в приготовлении уроков, написании сочинения, финансовом обеспечении, - столь значительна, что граница между самостоятельными успехами и «совместной работой» стирается. Безусловно, посильная родительская помощь важна и необходима, но даже в случае болезни выросших отпрысков неправильно отдавать им слишком много в ущерб себе и относиться к взрослым детям как к малышам. Иногда дети настолько зависимы от чужого мнения, что могут повести много времени, решая, «что надеть?», «соглашаться ли на эту работу?», «жениться ли на этой девушке?». Те, кому отдавали слишком много, нередко упрекают родителей за чрезмерную опеку, но редко от нее отказываются.

Надеемся на себя и развиваем уверенность. Нет тотальной зависимости и страху принимать решения!

НЕКОТОРЫЕ МАТЕРИ ХОТЯТ ЗАЩИТИТЬ СВОИХ ДЕТЕЙ ОТ ВСЕГО, ЧТО МОЖЕТ РАССТРОИТЬ ИЛИ РАНИТЬ ИХ.

ЭТО НЕВОЗМОЖНО.

Миф

Дело кричащих младенцев

По мнению психолога Джефри Симпсона: «Если вы незащищены в возрасте до одного года, вы более склонны испытывать негативные эмоции в ваших отношениях с нынешним партнером, когда вам 21» (The Washington Post, 2007).

Симпсон и его коллеги внимательно отслеживали 78 человек в течение четверти века ...

По словам Симпсона, исследование показало, что дети, чувствующие себя в безопасности, обращаются к своим родителям, когда они расстроены: «Ребенок учится: «Я могу рассчитывать на своих родителей, они успокоят меня». Они учатся обращаться к другим. В то время как незащищенные дети узнают, что их родители или отвергают их, или что их родители ими пренебрегают. Или: «Я должен протестовать, чтобы привлечь внимание. Если дети не уверены в себе в возрасте до одного года, они могут вырасти слабыми и зависимыми ...»

Плачущие малыши, которые обращаются к матери за поддержкой, должны ее получить. Однажды успокоенные, они открывают этот мир. Романтические партнеры также становятся взаимозависимыми, если встречают отклик на свои эмоциональные потребности. Людям намного проще брать на себя риски и принимать сложности, когда они знают, что кто-то может им помочь или успокоить их, если что-то идет не так. Более защищенные индивиды могут свободно обратиться за поддержкой к другим.

Люди, которые достаточно уверены в себе, чтобы просить о помощи, и получают ее, по-настоящему независимы.

Достоинства возраста

Дети считают себя способными и независимыми, если взрослые учат их быть таковыми. Дети учатся самостоятельности, когда родители дают им любовь и поддержку, воодушевляют на открытия и проявления любопытства, прививают навыки, предоставляют делать выбор. Энтузиазм детских открытий показывает, что они ценят эти действия.

«Я могу сделать сам!»

Забота о себе помогает развивать независимость. Попытки младенцев поднять ручки, перевернуться, сесть, – это важный шаг к независимости. Любовь, нежность и воспитание помогут им достигнуть цели.

Когда дети начинают самостоятельно передвигаться, приоритетом в доме становится безопасная среда. Любопытные ходунки имеют слабые представления о собственной безопасности. Можно воодушевить их независимость, если предоставлять им разумный выбор. Дайте ходункам представление о разнообразии, дайте возможность выбрать

игрушку, книжку, рубашку. Со временем малыши смогут делать больше - поощряйте ходунков убирать за собой вещи и игрушки, помогать накрывать на стол, складывать полотенца, посильно помогать в приготовлении еды: это даст им ощущение нужности и самостоятельности.

Когда дети достигают школьного возраста, появляется множество возможностей для развития независимости. Общение с друзьями, школьные проекты, игры – это все части их ежедневного выбора. Навыки принятия финансовых решений развиваются, если приучать ребенка самостоятельно пользоваться деньгами (например, выделять определенную сумму карманных денег на неделю или привлечь к обсуждению семейного бюджета). Важно уважать мнение и выбор детей. Демонстрируя детям, как много задач они могут выполнить с помощью своего энтузиазма, родители помогают им развить контроль над их миром и подготовить к независимой жизни.

Предоставьте ходунку найти собственный путь

Дети хотят все попробовать сами. Не так-то просто справиться с раздражением, когда ребенок сначала настаивает на том, чтобы все «сделать самому», а спустя минуту ходит за вами хвостом и не отстает ни на шаг. Следующие пункты помогут вам понять желания ходунков:

Сделайте все возможное, чтобы заложить в детей чувство безопасности, давая им много любви и внимания

- вызов и непослушание (отказ согласиться со взрослым) – необходимая часть проявления стремления ходунка к независимости
- пытаться выполнить все желания ходунка нереально. Если они хотят прилипнуть к родителям, - пусть так и будет. Если они хотят сделать что-то сами, родителям остается только согласиться и предоставить им эту возможность.
- Если ребенок упрямится, отвлеките его внимание. Альтернативный вариант – дать ребенку сделать выбор и предложить ему небольшой контроль над ситуацией.
- избегайте приказаний и ультиматумов - они рождают борьбу сил и бесконечные битвы с ходунками. Учить, лидируя, - более продуктивно. Дети, кажется, отвергают все способы контроля родителей, хотят сами одеваться и кушать. Хотя это поведение раздражает родителей, оно вполне нормально.

Отделение: как справиться с излишней зависимостью

Родитель – главный человек для ребенка. Поэтому маленькие дети боятся разлучения с родителями и избегают незнакомцев. Они провели предыдущие год или два, не разлучаясь с родителями, и для них выглядит логичным не выпускать родителей из виду! Разлучаться сложно и детям, и взрослым.

- Родители должны прилагать все усилия, чтобы создать чувство безопасности, обнимая детей, играя с ними. Формирование чувства защищенности требует терпения, и его надо создавать, пока ребенок не почувствует, что готов стать независимым.
- Когда необходимо оставить ходунка без родителей, разлука не должна быть длинной, особенно в первый раз. Более того, надо дать ребенку достаточно

времени, чтобы узнать нового человека – няню, воспитателя.

- Важно «подстраховать» ребенка: даже такая короткая разлука, как поход в ясли на несколько утренних часов, может стать для чувствительного ходунка болезненной. Родителям нужно заблаговременно поговорить с детьми о грядущих изменениях и объяснить, что они будут рядом, скоро вернутся и все будет по-прежнему. Не стоит спешить с передачей полномочий.

- Родители не должны просто тихо уходить, когда ребенок отвернется. Хотя прощания могут быть трудными, дети меньше волнуются, если родители не исчезают вдруг. Важно быть веселыми, потому что ваш стресс вызовет тревогу и у ребенка.

- «Прилипчивый ходунок» – тот, который следует за родителем везде, даже во время ежедневных дел дома или во время похода в магазин. Родителям надо стараться вести себя как обычно. Может быть, не просто готовить обед или продолжать говорить с кем-то, когда ребенок приклеен к родителю, но скоро ребенок найдет себе другое занятие.

Родителям естественно чувствовать грусть, когда ребенок переходит на следующую стадию.

Подростки – реальность

О маленьких детях надо заботиться, защищая их порой в авторитарной манере, потому что у них нет опыта и знаний. Иногда родители не могут объяснить толком, почему дети должны вести себя именно так, - они просто вынуждены жестко настаивать на послушании.

С подростками все по-другому. Вместо того чтобы командовать, родители должны стать дипломатами и искать компромиссы.

Подростки должны научиться, как выживать самим: они скоро покинут дом и будут обходиться без мамы и папы. Долг родителей – не «прилипать» к детям, которых они, возможно, избаловали, но научить их полагаться на себя. Взрослые должны ослабить поводья и быть готовыми их совсем отпустить. Подросткам надо учиться быть менее зависимыми от родителей. Тяжело, когда это приводит к конфликтам между поколениями.

Подростки становятся ленивыми, если мать превращается в домашнего слугу: они вообще не учатся полагаться на себя, а ждут, что всю жизнь кто-то будет делать все за них и для них. Матери, которая взяла на себя роль служанки, тяжело осознать, что, несмотря на ее хорошие намерения, ее ребенок, скорее всего, чувствует обиду и раздражение по отношению к ней, а не ожидаемые любовь и благодарность. Их чувство неприятия выросло, - их же воспитали, убеждая, то они вольны делать что хотят. Если границы собственных возможностей подросткам не ясны и они не уверены, что им разрешено, а что - нет, они могут начать пытаться нащупать эти границы, переходя их, – такова человеческая природа.

Некоторые родители стремятся жестко контролировать каждую ситуацию. Это провоцирует конфликт с молодежью, которая еще только учится независимости. Родительский долг – помочь подросткам начать самим контролировать свою жизнь и уступить им часть родительского контроля. Когда взрослые обсуждают какие-то вопросы со своими друзьями, они априорно признают, что их мнения могут не совпадать; вот и применительно к детям надо признать, что у них может быть собственное мне-

ние, отличное от родительского. Родители должны дать детям право быть другими: они не могут контролировать умы подростков, но могут вдохновить их изменить свою точку зрения. Реакция на детей – это проблема родителей, а не детей.

Безусловно, есть ряд опасностей, где «обучение на своих ошибках» может стоить очень дорого: СПИД, наркотики, насилие. «Что случилось с моим ребенком?» и «Почему бы тебе просто не вырасти!» – расхожие выражения некоторых родителей. Взросление - это время, когда и дети, и родители меняют отношения, и в наших силах менять их к лучшему. Когда родители предлагают детям помощь и успокаивают их, это запоминается и заслуживает благодарности.

Многие родители понимают, что должны меньше подсказывать детям алгоритмы их действий. Взрослые должны принять, что дети захотят превратить их в своих «менеджеров»», - надо постарать-

Некоторые отцы не могут смириться с мыслью, что их дочери вырастут и станут жить самостоятельно. Они слишком опекали дочерей, поэтому те не научились принимать ответственные решения - не могут обновить водительские права, заполнить документы на страхование машины, открыть счет в банке... Родители не должны позволить подобное. Они могут дать дочери некоторую самостоятельность, пока та еще ребенок. Ночевка в доме друзей или неделя в летнем лагере – хорошее начало.

ся вместо этого ограничиться «должностью» консультанта, который помогает советом и опытом, но не вмешивается в принятие решения. Попытки установить тотальный контроль приведут к бесконечным изматывающим битвам.

Хотя всем известно, что подростки часто просят родителей оставить их в покое, многие из них, повзрослев, признают, что чувствовали себя спокойнее, зная, что родители все равно тайно присматривают за ними. Например, хотя Хименес рос в неблагополучном районе, его родители предупреждали его о последствии вступления в какую-либо банду: «Я знал, что родители забоятся обо мне, поэтому мне не нужна была система семьи, принятая в мафии. Родители научили меня мыслить независимо и не следовать слепо за другими людьми».

Вера в детей + помощь родителей = самостоятельность, ответственность.

Влияние стиля воспитания: авторитет против силы

Мы уже говорили о том, что воспитание, основанное на авторитете родителей, порождает уверенность в себе, а основанное на силовом воздействии – ведет к зависимости от родителей. Хотя и взрослым время от времени бывает сложно принять решение, для некоторых это становится серьезной проблемой, отравляющей жизнь. Принятие решения, - куда пойти поужинать, что купить, в какую секцию отдать ребенка, - превращается в целое событие. Некоторым проще положиться на решения других, нежели принимать свои собственные.

В детях, которых воспитывали с применением силы, обычно зреют два страха. Первый - боязнь неудачи. Сложности выбора во взрослом возрасте часто произрастают из детства, когда кто-то постоянно принимал решения за ребенка: его хотели защитить от любого риска или неудачи, или же было проще принять какие-то решения без его участия. Дети, которых воспитывали по «силовой» модели, говорят: «Зачем выбирать, если это сделают за меня?» Они растут менее способными принимать решения и думать; к тому же, оберегаемые от любых неудач, они лишены чувства удовлетворения от удачно принятых решений.

Второй страх – страх отказа. Дети, растущие в зависимости, часто связанной с силовым воздействием, постоянно нуждаются в родительском одобрении, и в итоге их самооценка занижается. Люди с низкой уверенностью в себе будут всю жизнь стремиться к чьему-нибудь одобрению. Их позиция такова: «Если неверное решение может привести к порицанию и отверженности, лучше уж я ничего не буду делать».

Родители, ориентированные на «авторитетную» модель, учат детей смело встречать неудачи и негативное мнение; они настраивают детей на необходимость осознанного риска, требуемую для принятия решений. Поощряя уверенность в себе, родители дают детям возможность учиться и преуспевать, давая им и шанс проиграть. Фраза: «Покажи мне успех, и я покажу тебе провал», – значит, что многие удачи исходят из неудач. Дети будут учиться на этих неудачах, анализируя, где допустили ошибку,

решая, чего избежать в следующий раз, и будут повторять свои попытки.

Подростки, у которых достаточно ответственности и самостоятельности, вряд ли станут безрассудно рисковать.

Установите определенные нормы, но не путайте гибкость и непостоянство. Постоянство порождает безопасность, предсказуемость и причинно-следственные связи, - это необходимые условия для воспитания. Важно быть гибким, но при этом постоянным, и уметь при необходимости проявить твердость. Гибкость – это признак «авторитетного» воспитания, она проявляется в т.ч. в честной переоценке собственных решений на основе новой информации. Руководства, установленные авторитетными родителями, иногда меняются, но только если существует достойная причина.

Жесткость - это отказ изменить ситуацию, даже когда новые обстоятельства дают этому шанс. Послание, которое получают дети от родителей, ориентированных на «силовую модель»: «Потому что я так сказал», «Потому что я - твой отец», или «Делай, как я говорю» (без какой-либо дополнительной аргументации). Со временем дети могут из противоречия попирать любые родительские требования, поступать наперекор, не задумываясь о пользе и результате. Т.к. они не научились справляться с неудачами и отказами, их поведение ведет ко множеству ошибок, с которыми они не способны справиться. Они неизбежно приходят к срывам, самоуничижению и низкой самооценке.

Другой грустный результат основанного на силе воспитания: некоторые дети реагируют противоположно описанному выше, становятся слабовольными взрослыми, которые позволяют другим руководить собой. Результат - браки, в которых один человек, нуждаясь в контроле и доминировании, ищет другого, который также хочет контроля и доминирования. Это приводит к жутким отношениям, основанным на безысходности и отчаянии.

Ребенок родителей, применявших метод силы, рискует иметь проблемы с будущим партнером в браке: слишком нервный, чрезмерно склонный спорить!

Навыки для укрепления самостоятельности

Такие вопросы, как банды, наркотики или секс связаны с реальной опасностью и имеют длительные последствия. Эти опасности иногда могут спровоцировать родителей, чтобы стать диктаторами вместо консультантов. Тем не менее, обсуждать такие вопросы со своими детьми и доверять им очень важно. (Faber и Mazlish, 1982).

20-летняя Лиза, выросшая в Калифорнии, указывает, что ей нравится, когда родители открыто говорят с ней о наркотиках и сексе. Встревоженные тем, что дети пробуют все новое, они достаточно полно и серьезно предостерегли ее от этого. Те из ее школьных друзей, чьи родители не заводили разговоры о наркотиках и алкоголе, всегда пили за спиной родителей. Вдохновлять детей принимать собственные решения мудрее, чем решать все за них, и не важно, насколько велик опыт отца и матери: подростки, у которых хватает настоящей ответственности и самостоятельности, не соблазнятся этими рискованными вещами.

Когда людям демонстрируют их зависимость, они испытывают чувство беспомощности, бессмысленности, отверженности и гнева. Это создает дилемму для родителей. С одной стороны, дети полностью зависимы, потому что неопытны; так много мы должны для них сделать, показать и рассказать; с другой стороны, их зависимость может привести к враждебности. К счастью, возможности вдохновлять самостоятельность детей появляются ежедневно.

Вот только некоторые навыки, которые помогут детям полагаться на себя (Faber и Mazlish, 1982):

- Когда родители выслушивают рассказы детей об их переживаниях, делятся с ними своим мнением или решают проблемы вместе, они усиливают уверенность детей в себе. Одна мать сказала: «Я до сих пор помню, как бабушка с восхищением говорила о соседке: «Она прекрасная мать. Она все делает для ребенка!» Многие люди выросли с пониманием того, что хорошая мать должна сделать для ребенка все. Но они думали и о себе. Излишний контроль заканчивается препирательством по пустякам, спорами о желаниях и конфликтами.

- Родители должны постепенно передавать детям часть своих обязанностей, - иначе дети возьмут их сами. Когда взрослые чувствуют, что начинают вовлекаться в процесс борьбы за права в доме, они должны спросить себя: «Есть ли у меня выбор? Не надо ли мне остановиться? Могу ли я поручить это ребенку?»

Хорошая привычка для родителей – часто спрашивать себя:

- Что я говорю или делаю, что держит ребенка в зависимость от меня? Избегайте говорить или делать эти вещи!

Защищать детей от любых огорчений также значит защищать их от надежд, стремлений, мечты и достижений.

Одна мать рассказала: «Я помню чувство удовольствия от того, что я все время была нужна своим трем сыновьям. Поэтому я испытывала смешанные чувства, когда по утрам их прекрасно стал будить будильник и когда я перестала читать им на ночь, потому что они сами научились читать.

Именно мои противоречивые эмоции помогли мне осознать рассказ воспитательницы в детском саду о том, как молодую мать долго убеждали, что с ее сыном будет все хорошо, даже если она не будет присутствовать на занятиях. Через пять минут после ее ухода ребенок попросил отвести его в туалет. Воспитатель предложила ему сходить самому, но ребенок промямлил несчастным голосом: «Я не могу без мамы. Она всегда аплодирует мне, когда я закончу…» Воспитатель сказала: «Ты можешь пойти в туалет и сам похлопать себе». Ребенок растерялся, но она проводила его до туалета и подождала снаружи. Через минуту она услышала аплодисменты.

В этот же день мать позвонила воспитателю и рассказала, что ее ребенок дома заявил: «Мам, я могу хлопать сам. Ты мне больше не нужна в туалете». «Вы не поверите, – удивилась воспитательница, – мать сказала, что ужасно расстроена этим».

- Что я мог сказать или сделать, чтобы поощрить автономию моего ребенка? Будем говорить и делать все эти вещи!

Дайте детям делать выбор

Спросите ребенка, налить ему целый стакан молока или только половину, или какой тост он хочет – из светлого или темного хлеба. Для него каждый маленький выбор – это возможность контролировать свою жизнь. Он может стать упрямым и непослушным, если ему не давать делать выбор.

Он вечно слышит команды:

Ты должен выпить таблетку.

Не стучи по столу.

Иди в постель сейчас же.

Если мы можем предложить ему альтернативу, этого может быть достаточно, чтобы он стал послушным:

«Я знаю, что таблетки горькие. Может, тебе запить их яблочным или апельсиновым соком?»

«Стук по столу очень раздражает меня. Ты можешь перестать стучать и остаться, или пойти к себе в комнату и постучать там. Решай сам».

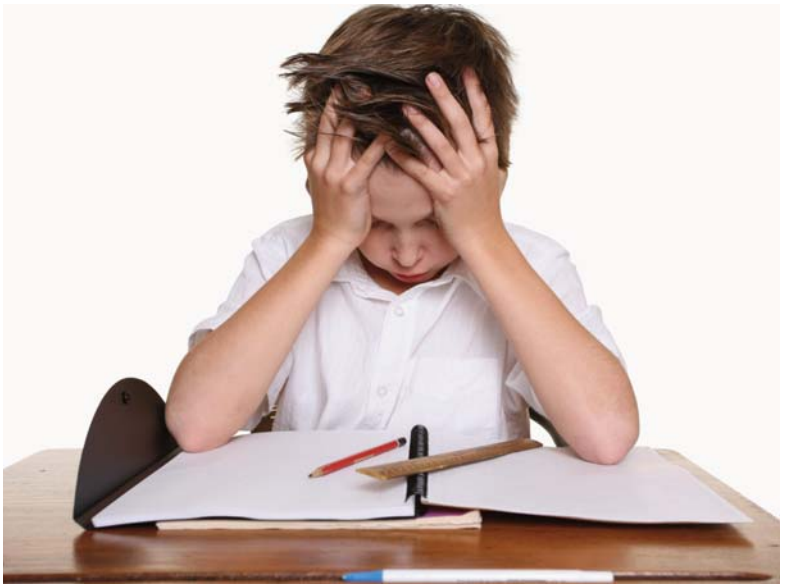
«Сейчас пришло время для разговоров мамы и папы, а для тебя время быть в постели. Ты хочешь заснуть сейчас или поиграть в постели и позвать нас, когда закончишь?»

Человек, которого сложнее всего убедить, что пора отдохнуть – это ребенок, которому пора идти спать (Brown 1994).

Выбор родителей, навязанный ребенку, - это отсутствие его собственного выбора и просто способ контролировать ребенка. Одна из альтернатив – предложить ребенку найти вариант, который устроит всех. Один отец сказал: «Жена и я собирались пересечь улицу с Хэни, которому три, и малышом в коляске. Хэни ненавидит, когда его держат за руку, и часто вырывается посередине улицы. Перед тем как переходить дорогу, я предложил: «Хэни, ты можешь взять за руку меня или маму. Или у тебя есть другие предложения?» Он подумал и сказал: «Я буду держаться за коляску». Нас его выбор вполне удовлетворил».

Выражайте уважение к детским усилиям

Когда детям говорят: «Это просто», – это не всегда помогает. Если они преуспели



в чем-то легком, они чувствуют, что добились немногого, но если у них это не получилось, то тем обиднее, что они не справились с легким заданием.

Однако, если им вместо этого говорят: «Ну попробуй, хотя это совсем не просто», или «Ууу, это явно сложновато», - стимул совершенно другой: если они справятся, то будут горды, что сделали что-то сложное; если не получится, то и обиды не будет.

Некоторые считают, что родители поступают нечестно, говоря малышу: «Это трудно». Однако если они посмотрят на задачу глазами ребенка, у которого нет опыта, то поймут, что когда ребенок делает что-то впервые, это и правда тяжело. Но избегайте говорить: «Это может быть сложно для тебя», - ребенок может подумать: «Почему именно для меня, а не для кого-то другого?».

Для некоторых родителей невыносимо просто стоять и смотреть, как ребенок с чем-то мучительно справляется сам. И все же вместо того чтобы делать что-то за ребенка, лучше дать полезный совет: «Если ты аккуратно вставишь концы молнии в самом низу в пазы, прежде чем тянуть вверх, это сможет помочь». Или «Если замок не открывается, иногда надо снова повернуть ключ, чтобы его закрыть до конца, и открывать снова». Фраза «иногда помогает» очень полезна, потому что если и в этот раз «не поможет», то ребенок освобождается от чувства, что проблема не в молнии или в замке, а в нем самом.

Не задавайте слишком много вопросов

«Куда ты ходил?... На улицу», «Что ты там делал?... Ничего». Дети вырабатывают защитную тактику, чтобы не отвечать на вопросы, к которым они не готовы, на которые по каким-то причинам не хотят отвечать или которые им попросту не интересны. Это не значит, что родители никогда не должны задавать вопросы, - просто важно быть чутким к возможному ответу.

Один из обычных вопросов, которые могут страшно раздражать, таков: «Тебе сегодня было весело?» Это неразумное требование. Они не только сходили в школу, на игру, в магазин, но от них еще хотят, чтоб они повеселились! А если не повеселись, то им надо подробно объяснять родителям, почему именно, или же врать.

Не спешите отвечать на вопросы

Подрастая, ребенок задает фантастическое количество вопросов: «Что такое радуга?», «Почему ребенок не может попасть обратно туда, откуда вышел?», «Зачем надо идти в колледж?» Родители чувствуют себя как на допросе и пыта-

ются придумать подходящий ответ. А ведь обычно дети уже немного подумали над ответом: они хотят просто развить свои мысли. У взрослого всегда есть возможность предложить правильный ответ позже, если это все еще будет актуально. Давать мгновенный ответ – не решение проблемы: это значит, то родители решают задачи за детей. Лучше вернуть детям вопрос для дальнейшего исследования: «Ты думал об этом. Что ты решил?»

Вы можете похвалить вопрос: «Ты задал важный вопрос, который философы задавали веками».

Не должно быть спешки, процесс познания важен сам по себе.

Вдохновляйте детей использовать источники вне дома

Один из способов уменьшить чувство зависимости ребенка от семьи – показать, что за ее границами находится широкий мир с обширными информационными ресурсами, которые надо исследовать. Мир – не место одиночек, там есть помощь, когда она нужна.

Помимо безусловных плюсов для детей, это снимает с родителя круглосуточную ответственность. Воспитательница может деликатно обсудить вопросы питания с ребенком, которому грозит ожирение; продавец обуви может рассказать, что постоянное ношение кедов деформирует ступни; библиотекарь может помочь младшим школьникам справиться с исследовательским проектом, а дантист продемонстрирует, что бывает с зубами, которые не чистят или которыми едят слишком много конфет. Все эти внешние ресурсы могут заменить поучения матери и отца.

Не отнимайте надежду

Большая часть удовольствий в жизни лежит в мечтах, фантазиях, ожидании и планировании. Защищая ребенка от всяких расстройств, родители могут лишить их важного и приятного опыта.

Подсказки для родителей

Дайте им владеть собственным телом

Родителям надо воздержаться от привычки постоянно расчесывать волосы ребенка, расправлять им плечи, заправлять рубашки или поправлять воротник. Дети воспринимают это как вторжение в личное пространство.

Не говорите о детях в их присутствии

Родителям надо поставить себя на место ребенка, который стоит рядом с матерью, говорящей подруге: «В первом классе у него были проблемы с чтением, но сейчас все намного лучше». Или: «Не обращайте внимания, он немного застенчив».

Когда дети слышат, как их обсуждают, они в отчаянии. О них говорят как о неодушевленных объектах или собственности.

Дайте детям отвечать за себя

Снова и снова родителю в присутствии ребенка задается вопрос: «Он любит своего братика?», «Почему он не играет с игрушкой?». Настоящий способ показать уважение к детской самостоятельности - ответить: «Спросите его самого, он скажет вам, он знает».

Выражайте уважение к возможной «готовности» ребенка

Иногда ребенок хочет сделать что-то, но не готов к этому эмоционально или физически. К примеру: дочь хочет воспользоваться не горшком, а туалетом, как «большая девочка», но еще не может; сын хочет купаться в реке, как старший брат, но боится воды; ребенок хочет пе-

рестать сосать свой палец, но когда устает, это кажется таким приятным…

Вместо того чтобы принуждать или стыдить, родители могут выразить свою уверенность в детях позитивным способом: «Скоро ты точно сможешь пользоваться туалетом, как мама и папа»; «Поиграй пока у воды, когда захочешь - зайдешь в воду»; «Когда решишься, перестанешь сосать палец».

Следите, когда «нет» становится слишком много

Будет много случаев, когда родителям придется отказать детским желаниям. Но некоторые дети воспринимают «Нет» как прямое посягательство на свою самостоятельность: кричат, обзываются, ломают игрушки или замыкаются в себе. Они могут завопить: «Почему нет? Я хочу! Ты гадкий! Я ненавижу тебя!» Это невыносимо даже для самого терпеливого взрослого. Должны ли родители сдаться и на все говорить «да»? Конечно, нет. К счастью, есть некоторые полезные альтернативные варианты, которые позволяют родителям быть твердыми, но не вступать в конфронтацию: например, сделать дом безопасным для детских истерик или переключить их внимание на что-то другое, не говоря «нет».

Консультируйтесь с ребенком

Многие родители не обсуждают с детьми то, что напрямую касается именно детей. Если вы выражаете намерение наградить ребенка ужином вне дома за успешно сданный экзамен, предоставьте ему выбрать ресторан, - это его праздник, а не ваш. Если вы хотите купить малышу игрушку или настольную игру, - попробуйте выспросить, что именно доставит ему удовольствие, иначе вы купите игрушку на свой вкус, а не на вкус ребенка; в результате родители играют в выбранную игру, а ребенок скучает. Важно чтобы дети были включены в родительские планы. Если с детьми обращаются как с партнерами, это поможет улучшить отношения с обеих сторон.

Умар ибн Хаттаб говорил: «Играйте с ребенком первые семь лет, учите и дисциплинируйте следующие семь, и сделайте своим компаньоном еще на семь лет. Потом пусть будет свободен»

Называть [отдельные черты характера] добродетелями отдельно от всего характера – то же самое, что взять скелет из живого тела… Моральные устои относятся ко всему характеру, весь характер идентифицирует человека во всем его облике и проявлениях. Взрастить добродетель – не значит выделить несколько особенностей; это значит все, чем человек может стать через общение с другими и во всех жизненных ситуациях.

Джон Девей

Учите детей ответственной независимости

Независимость, о которой здесь говорится, должна быть ответственной, основанной на ценностях и верно направленной. Родителей призывают прививать добродетель и самостоятельность так, чтобы их дети сами могли сделать правильный выбор и быть готовы ко всем сложностям жизни.

Советы или самостоятельность?

Если родителям говорят, что давать советы – значит посягать на самостоятельность детей, многие из них расстраиваются, думая, что «теперь это зашло слишком далеко». Они не понимают, почему не могут делиться своим родительским опытом и мудростью.

Пример 1.

«Почему мой ребенок не может получить благодать моего совета, когда у него проблемы? Дочь не была уверена, что хочет идти на выпускной вечер к своей подруге, потому что ей не нравились некоторые девочки, - они всегда шепчутся или обзываются. Что плохого в том, чтобы сказать ей, что она все равно должна идти, ведь иначе она обидит подругу?»

Когда родители быстро дают совет, ребенок может чувствовать себя глупо («Почему я сам не подумал об этом?»), сразу его отвергать («Не учите меня жить!») или раздражаться («Неужели ты полагаешь, что я не в состоянии подумать об этом?»). Когда дети сами решают, что им делать, они растут в уверенности и принимают на себя ответственность.

«Что же мне, - ничего не делать, если у ребенка проблемы? Несколько раз я говорила ей: «Это твоя проблема – разбирайся сама», – и она была очень расстроена». Дети чувствуют себя ранеными и обиженными, если родители игнорируют их проблемы. Однако между крайностями игнорирования и совета есть

многое, что родитель может сделать, например:

- Родитель может помочь ребенку разобраться в запутанных мыслях и чувствах «Из того, что ты сказала, следует, что у тебя два аргумента: ты хочешь пойти на праздник, но не хочешь общаться с девочками, которые тебе не нравятся».

- Они могут упростить проблему: «Иными словами, вопрос таков: как мне попасть на праздник, но избежать контакта с девочками?» После этого родителям надо помолчать и позволить ребенку принять решение.

- Укажите на ресурсы, возможные для ребенка за пределами дома: «Наша библиотека как раз получила книжки о том, как подросткам справляться с разными социальными проблемами. Тебе может быть интересно посмотреть, что они предлагают».

«Я подумала и нашла решение, к которому моя дочь явно не придет. Сказать ли ей об этом?» Да, но после того как она подумает сама. Скорее всего, дочь будет способна выслушать и оценить родительскую идею, особенно если эта идея будет предложена в форме, не посягающей на самостоятельность подростка, например: «Как ты посмотришь на то, чтобы принести на праздник запись нового юмористического шоу? Девочки будут слишком заняты просмотром, чтобы раздражать тебя».

Начинайте предложения со слов: «А как ты посмотришь на…», или «Может, ты рассмотришь…» Советы, которые кажутся нам такими чуткими, могут не восприниматься таковыми детьми.

«Например, я уверена, что она пойдет на праздник. Должна ли я промолчать и не лезть со своими советами?» После того как ребенок изучил проблему, будет полезно услышать мысли родителей: «Я бы не стала жертвовать праздником только из-за каких-то девочек. Думаю, важно пойти и не расстраивать подругу, даже если придется выслушать пару нелепых колкостей».

Молодые люди должны знать ценности своих родителей. Даже если они не последуют совету, родители дадут им пищу для размышления и запоминания.

Пример 2

Одна мать сказала: «Я все время сражалась с дочкой из-за одежды. Теперь я разрешаю ей вне школы надевать что угодно, а в школьные дни кладу два комплекта одежды на ее кровать, и она выбирает». Плюс школьной формы в том, что нет выбора – а значит, и споров о том, что носить!

Пример 3

Мать Сэми: «Я наконец-то положила конец ежедневным ссорам с сыном о том, что ему надевать – свитер или куртку. Я сказала: «Сэми, я думаю, что больше не буду говорить тебе, что надевать, решай сам. Давай поговорим и разработаем план – какую одежду в какую погоду можно носить». Мы вместе нарисовали таблицу:

Температура	подходящая одежда
20 гр Цельсия и выше	без свитера
10-20 цельс.	свитер
Ниже 9 гр цельс	куртка

Мы купили большой термометр и повесили на дерево. Теперь он сверяется с его показаниями, и никакие советы и споры не нужны. Чувствую себя гением».

Пример 4.

Муна спросила: «Почему мы никуда не ездим в каникулы, например на Бермуды или во Флориду?» Я начала было отвечать, но остановила себя. Муна прошлась по кухне и сказала: «Я знаю, знаю… Это слишком дорого. Но можем мы хотя бы пойти в зоопарк?»

Вы принуждаете дочь носить платок?

Родители не заставляли меня что-либо делать. Я не помню случая, чтобы родители не дали мне выбора. Когда я начала покрывать голову, мать не говорила мне: «Ты должна, потому что это - требование твоей религии». Она просто объяснила, почему мы носим платки, и что это не всегда может быть удобно, и что это не связано с погодой, как свитер и джинсы. «Нет, ты можешь надеть легкие штаны, которые будут продуваться ветром, и легкую кофту на пуговицах. Если друзья спросят, почему ты носишь платок, ты можешь сказать, что ТЫ веришь в это, а не потому, что это религия или родители заставили». Когда я объясняла, почему всегда покрываю голову, некоторые люди действительно говорили мне: «И я хочу такой».

Мне было очень хорошо с родителями. Но это не значит, что я не могу жить без них. Всегда возникают ситуации, после которых я начинаю уважать их сильнее. Я люблю свою семью и счастлива, что могу рассказать ей абсолютно все. У нас с сестрой сильная связь. Но лучше всего то, что хотя в нашей семье Амира старшая, а я - младшая, на деле мы равны.

Ноха Бешир (Beshir и Rida 1998)

Если родителям не нравятся друзья детей

Родители хотят, чтоб их дети были вежливы, честны, чисты, чтобы они не курили и не принимали наркотики. Родители хотят защитить детей и одновременно вдохновить на самостоятельность. Многие отношения, заставляющие родителей беспокоиться, заканчиваются быстро: часто дети сами понимают, что друг, которым они вначале так восхищались, не таков, каким казался. Разрешить такой нежелательной дружбе продолжаться - лучше, чем давить и пытаться ее разрушить. Очень важно понять, каким потребностям вашего ребенка отвечают данные отношения: спрашивайте детей, что им нравится именно в этом друге.

Детям надо учиться общаться с разными людьми. Иногда дружба может быть пугающей и даже опасной, когда дети втянуты в общение со сверстниками, чье поведение агрессивно и асоциально. Родители должны стараться пресекать отношения своих детей с теми, чье поведение выходит за рамки социальных норм.

Родительская вера, поддержка и терпение помогут детям улучшить их социальные связи. Детям нужна помощь, чтобы сходиться с людьми, чувствовать себя хорошо и ответственно за свои действия.

Помогайте принимать решения

Родители могут научить самостоятельности следующими шагами:

- Давать детям возможность принимать решения (выбрать, куда семье пойти, распределить домашнюю работу);

- Показать детям, как взвесить свои возможности, получить нужную информацию и предсказать возможные результаты решений (например, какую одежду надеть);

- Учить детей, что их решения имеют последствия для них и для других. Возьмите пример курения: подростки могут курить, потому что, как им кажется, они выглядят старше, и не думают о последствиях: желтые зубы, неприятный запах, повышенный риск рака и сердечных заболеваний. Культивация табака разрушительна: это растение лишает землю питательных веществ; кроме того, земля, занятая под выращивание табака, могла использоваться для производства еды и одежды;

- Детям надо объяснить, что не принимать решения, когда это требуется, может быть так же плохо, как сделать неверный выбор;

- Родители должны соглашаться с детскими решениями, когда это возможно. Ни

одно решение не идеально, и родители должны поддерживать способность детей принимать решения и совершенствоваться в этом;

- надо помнить, что детские решения могут соответствовать их вкусам и нуждам и не совпадать с решениями взрослых;

- Нужны границы и правила для принятия решений. Родители должны объяснить, что какие-то решения в определенных ситуациях неприемлемы.

- Дайте ребенку достаточное количество времени, чтобы принимать решения. Скорость принятия решения обратно пропорциональна возрасту ребенка.

Шаги к принятию решений

Способность принимать решения укрепляет уверенность в себе. Дети, которым предоставлен некоторый контроль над собственной жизнью, готовятся полагаться на себя, быть ответственными, и способны стать более счастливыми взрослыми. Независимые дети могут пройти через следующие шаги:

- решить, что надо принять решение;
- собрать информацию, которая нужна для принятия решений;
- выяснить альтернативы решению;
- подумать над возможными результатами выбора;
- решить, сочетается ли выбор с личными ценностями и целями;
- распознать неверные причины (давление сверстников, желание показать зрелость, бунтарские настроения) для выбора;
- привести решение в исполнение.

Задания

Задание 58: «Коэффициент доминирования» родителей

Попробуйте задать ребенку в присутствии родителей 10 простых вопросов на любую тему. Посмотрите, отвечает ли ребенок самостоятельно или же родитель подскакивает и отвечает от его имени. Количество вопросов – как раз для того, чтобы определить «коэффициент доминирования» родителя. Посмотрите, насколько беспокойными и напряженными становятся родители, когда ребенок пытается ответить на сложный вопрос

Родители должны трансформировать себя из доминирующего «менеджера» в «помощника-консультанта», чтобы дать детям достаточно самостоятельности.

Задание 59: Объясните детям ценности вашей семьи

Ошибочно заставлять ребенка следовать определенной нами карьере и становиться нашей же улучшенной копией. Дайте им чистый символ веры (*ʿaqīdah*), систему ценностей и тот взгляд на жизнь, который им нужен. Также поделитесь с ними ценностями любви к людям, животным, растениям и окружающей среде.

Современные дети удивляют родителей множеством творческих путей для достижения целей и задач. Обсудите вашу семью и спросите детей, как они будут воплощать эти ценности в жизнь.

Задание 60: Вы поддерживающий или назойливый родитель?

Мы начинаем взрослую жизнь одиночками, затем вступаем в брак и заводим детей; через два десятилетия дети оставляют гнездо и едут в колледж.

Матери будущих генерала Мак-Артура и президента Рузвельта переехали поближе к ним, когда те пошли в колледж. У них не было сотовых телефонов и мейлов, чтобы 24 часа в сутки 7 дней в неделю следить за своими сыновьями.

Многие родители утверждают, что уважают границы детей и не вмешиваются в их жизни. Ниже несколько вопросов, на которые могут ответить родители, чтобы узнать свое настоящее поведение:

- Как часто вы общались детьми во время колледжа? Каждый день, раз в неделю или в месяц?
- Вы контактировали с преподавателями вашего ребенка?
- Вы помогали ребенку справиться с учебными работами, если ему было сложно их выполнять?
- Посещая детей, помогали ли вы им по дому (убирали комнату, стирали, выносили мусор)?
- Если у него возникали проблемы с соседом по комнате в общежитии, вмешивались ли вы?

Обсудите ответы с семьей. Вот несколько советов, как общаться с ребенком, который живет вне дома:

- Пусть ребенок звонит сам. Это учит уверенности в себе.
- Учебные работы должны быть выполнены самим учащимся.
- Ваш студент - взрослый, способный заботиться о своих нуждах, и он сам должен делать домашние дела.

(Kantrowitz и Tyre 2006)

ГЛАВА 20

Способствование творчеству

- Введение
- Советы для творческого развития
- Отвергнутые изобретения
- Как легко погасить жажду творчества
- Негатив, блокирующий творчество
- Пути развития творческого начала
- «Непродуктивные» идеи
- Что могут сделать родители?
- Заметка об игрушках
- Задания

Введение

Творчество – это способ самовыражения. Дети испытывают огромное удовлетворение, когда выражают себя открыто, не боясь осуждения. Способность создавать что-то оригинальное – важная часть индивидуальности. Эксперименты с разными видами искусства могут внести существенный вклад в развитие детского творчества. Творческие дети могут выражать свои чувства и справляться с ними в процессе развития таланта. Творческий ребенок будет пробовать новые пути мышления и решения проблем.

Мы можем охарактеризовать творческую личность как человека любопытного, любящего вызовы, оптимиста, способного реагировать на критику и обладающего воображением. Творческие люди видят проблемы как возможности, продумывают различные варианты решения задач, легко не сдаются и продолжают действовать. Многие люди проигрывают только потому, что затрачивают на решение проблемы, требующее 10-минутной работы, 9 минут и сдаются в шаге от победы.

Детям для решения каждой задачи и выполнения работы требуется определенное время, - если они чем-то увлеченно заняты, не стоит их отвлекать. Им нужно место, где они могут оставить незаконченную работу, чтобы позже завершить ее, и им нужно пространство, которое вдохновляет их креативность, - с естественным освещением, гармоничными цветами, удобным стулом, столом соответствующей высоты и возможностью видеть результаты своей работы. Родители должны принимать ошибки, воодушевлять на попытки и способствовать развитию уникальности своего ребенка. Придется смириться с тем, что творческий процесс сопровождается громкими звуками, некоторым количеством мусора, хаосом, - и не надо противопоставлять ему жесткий контроль.

Родители оказывают огромное влияние на творческое развитие ребенка. Проницательность и умение решать проблемы могут быть развиты с оригинальностью и удовольствием. Для маленьких детей процесс «делания» важнее, чем результат. Не пришивайте к действиям ребенка ярлыки исходя из своего понимания: «Это было весело» или «Ты тяжело потрудился над этим», встаньте на его сторону и подумайте, как он это воспринимал. Комментируйте, сколь оригинально и здорово он справился с задачей. Многие дети потому и боятся вовлекаться в творческую деятельность, что от них ждут какого-то определенного «результата»: ребенок, который начинает рисовать, строить модель или разучивать песни для того, чтобы, например, принять участие в выставке или выступить на концерте, сразу теряет часть энтузиазма.

Позволяйте и цените творческое использование обычных домашних предметов, - кастрюль, цветочных горшков, диванных подушек. Давайте дошкольникам художественные материалы как можно раньше. Малыши, у которых есть возможность заглянуть в ящик с художественными принадлежностями под столом на кухне, могут быть более творчески развиты, чем дети, которым надо ждать, когда кто-то высокий достанет им фломастеры с верхней полки.

Не позволяйте домашним правилам усложнять решение творческих задач и превращать любую попытку выразить себя в проблему. Спонтанность – залог «ходункового искусства». Когда ребенок подрастет, вы сможете ожидать от него большей аккуратности.

Безусловно, каждый ребенок, увлекаясь творческим процессом, должен помнить о правилах безопасности и соблюдать права других (например, желающих отдохнуть в тишине после рабочего дня). Без оправданных границ открытия и оригинальность превратятся в хаос.

Энергия, потраченная на соблюдение порядка, берется у детских открытий. Но излишне контролируемый ребенок жертвует своим творческим импульсом ради похвалы, и если он чувствует, что его «значимость» основана лишь на чистоте и порядке, у него останется мало энергии и храбрости для самовыражения. Творчество разрушается, если «будь острожен и вытри это», – обычный отклик на любое проявление интереса к чему-либо. То же самое относится и к деятельности, которая способствует любопытству и любви к открытиям. Она также подавлена чрезмерным контролем

Советы для творческого развития

- Адаптируйтесь к детским идеям, а не старайтесь, чтобы их идеи адаптировались к вам. Принимайте необычные замыслы и обсуждайте их.
- Используйте творческий подход для решения повседневных проблем. Разрешайте детям делать ошибки и экспериментировать без страха ошибиться.
- Дайте детям время, чтобы открыть все возможности.
- Поощряйте эксперименты с необычными объектами. Слушайте детские вопросы и комментарии. Комментируйте детские замечания, повторяйте услышанное от них, и задавайте дополнительные наводящие вопросы о том, каковы их выводы и ощущения.
- постарайтесь создать для ребенка вдохновляющую среду. Дайте ему разные материалы, инструменты, книги и игры, и возможности экспериментировать со всем этим.
- Рассказывайте детям о разнообразии культур, наук, точек зрения и способов мышления. Покажите им, что есть разные способы решения одних и тех же задач. Воодушевляйте детей приобретать новый опыт в рамках их возможностей. Посещайте детские музеи.
- Делитесь собственными художественными, научными и творческими проектами с детьми. Участие в проекте, который увлек вас, вдохновит и ваших детей.
- Воодушевляйте детей завершать начатые проекты, вдохновляйте каждый их шаг и помогайте им понимать собственную силу и слабость.

Творческие ученики: сложность против простоты
Абитуриент престижного института менеджмента проходил собеседование перед поступлением. Ему предложили: «Мы зададим вам 10 простых вопросов или один по-настоящему сложный. Подумайте хорошо».
Парень сказал: «Один сложный».
- Что идет сначала, - день или ночь?
- День, сэр.
- Почему?, – спросил интервьюер.
- Простите, но мы договаривались об одном вопросе, а это уже второй.
Собеседование было признано успешно пройденным.
Технические навыки – это мастерство сложности, а творческие – мастерство простоты!

- Терпеливо относитесь к «диковинкам». Дайте детям понять, что не всегда важно получить однозначный правильный ответ: иногда намного интереснее найти нестандартный способ решения задачи.

- Поддержите детское воображение. Для творчества нужны чудные, дикие и странные мысли. Мозговой штурм вдохновит оригинальные и интересные идеи.

- Подтвердите, что ошибки не только простительны, но и приветствуются. Провал - не всегда беда, он – повод для образования и путь к успеху. Один руководитель наставлял нового менеджера: «Убедись, что сделаешь требуемое количество ошибок».

- Находите хорошее в плохом. Творческие мыслители, когда сталкиваются с неудачным решением, спрашивают: «Что в этом хорошего?» Что-то полезное есть и в отвергнутых идеях.

Видеть хорошее в плохом

Как вдохновить отстающих учиться лучше? Один из ответов: «Бейте их палкой!» Это не хорошее решение, хотя бы уже потому, что оно незаконно. Однако должны ли мы его просто отбросить? Почему бы не спросить: «Что в этом хорошего?» На самом деле у этого «педагогического метода» можно найти ряд достоинств: во-первых, это – индивидуальная работа с отстающими; во-вторых, он нагляден и стимулирует остальных; в-третьих, - не требует затрат.

Второй вопрос: «Можем ли мы найти другой метод воздействия, который обладал бы такими же достоинствами?»

Мы легко верим, что отвергнутое решение – однозначно плохое. На самом деле и в решении, признанном по каким-то причинам не удовлетворительным, должны найтись какие-то положительные стороны, - легкость выполнения, быстрота, дешевизна; в каких-то других условиях предложенное решение было бы принято. Иногда для того, чтобы отвергнутый вариант оказался приемлемым, достаточно исправить лишь какой-то один параметр.

Отвергнутые изобретения

1. Творческие люди ищут улучшений. Первые заменители сливочного масла состояли из говяжьего жира, молока и воды и не были ни здоровыми, ни вкусными, а потому не получили распространения. Когда в начале XX века натуральное мало поднялось в цене, пищевая промышленность обратилась к растительным жирам – так появился знакомый нам маргарин.

2. Не нужно быть гением, чтобы быть творческим. Ученые, работающие в космической индустрии, оказались неспособны создать ручку, которой можно было бы писать в условиях невесомости. Было найдено более простое и дешевое решение: использовать для записей старый добрый карандаш, функциональность которого не зависит от гравитации.

3. Одна проблема может оказаться решением другой проблемы. Цианакрилатный клей требовал особой аккуратности, поскольку, оказавшись на коже, легко приклеивал пальцы к склеиваемым поверхностям. В быту этот клей особого распространения не получил, но в другой ситуации его недостаток стал достоинством: во время войны во Вьетнаме препараты на основе такого клея использовались полевыми хирургами для склеивания ран вместо традиционных швов.

Химики, разрабатывавшие клеящие вещества, отвергли один из составов из-за его непрочности, - кому нужен клей, разрываемый легким движением руки? Однако именно этот состав применяется для стикеров, запатентованных в 1980 г. и используемых по всему миру.

Подавляя детское творчество

Это, пожалуй, парадоксально, что мы придаем такое значение творчеству, но затем уничтожаем его в детях. Эмебайл и Хеннеси (1992) определили этих расхожих «творческих убийц», которые до сих пор в силе и сегодня:

- Слишком много надзора: если вы все время контролируете детей и заставляете их чувствовать себя опекаемыми, то интерес пробовать что-то новое, экспериментировать и рисковать быстро пропадет;

- Жесткая оценка: когда мы постоянно заставляем детей бояться критики, творческая активность уменьшается;

- Слишком много наград: чрезмерное поощрение отбирает у детей естественное удовольствие от творчества. Когда люди не ждут награды, они боле творчески и больше наслаждаются процессом. Неожиданная награда после окончания проекта ценна, но не обязательна для творчества. Излишняя внешняя мотивация (деньги, привилегии) убивает творчество.

- Экстремальное соревнование: вовлечение детей в нечестные соревнования с другими убивает их мотивацию и творчество.

- Ограниченный выбор: говорить детям, чем им заняться и не разрешать им следовать собственным любопытству и страсти – пути, ведущие к разрушению творчества.

- Давление: грандиозные ожидания от занятий ведут к уменьшению желания творить.

Негатив, блокирующий творчество

Есть много других средств сдержать развитие творческих способностей. Ниже приведены расхожие фразы, которые блокируют детское творчество:

- «*Это невыполнимо*». Это как сдаваться перед битвой: признавая, что задачу не решить, человек еще более усиливает ее «неразрешимость». Представьте, если бы все сдавались, не пробуя: люди бы никогда не летали, болезни не были бы побеждены, ракеты никогда бы не прошли через атмосферу. Лучше руководствоваться принципом: «Сложное мы делаем сразу, невозможное займет немного больше времени».
- «*Тебе это не по силам*». Или: «*Ты ничего не можешь сделать*». Некоторые люди думают: «Возможно, проблема может быть решена каким-то экспертом»; «Я не могу решить ее, потому что я не специалист». На деле большинство инноваций в индустрии идет от отдельных личностей, а не от групп исследователей. Позитивный настрой и хорошие навыки могут решить любую проблему. Отношение к проблеме – это ключ к ее решению. Возможно, вы не сможете решить ее целиком, но можете, например, разделить на какие-то составляющие и справиться с большей их частью.
- «*Это по-детски*». В нашем стремлении казаться зрелыми и опытными мы склонны отрицать простоту, наивность, несерьезность. Однако если решение проблемы сохранит твой брак, продвинет тебя по службе или спасет друга от суицида, разве тебя будет заботить, оценят ли окружающие твой метод как детский»? И к тому же - разве игра не приносит радость?
- «*Что подумают люди?*» Общество призывает человека быть спокойным и предсказуемым, - т.е. «нормальным». Но без отступления от каких-то «норм» не было бы парадоксальных решений, важных открытий, великих произведений искусства.

Прогресс – заслуга тех, кто был достаточно силен, чтобы пережить, когда над ними смеялись. Ошибки не смешны, но безусловно имеют образовательное значение.

Томас Эдисон в поиске подходящей нити для лампы накаливания тестировал около двух тысяч материалов, в том числе волоски из бороды своего друга. После тысячной попытки его спросили, не разочарован ли он ошибками. Он ответил: «Я приобрел важное знание: есть тысяча решений, которые не работают».

- Братья Райт, построившие первый аэроплан, были не инженерами-авиаторами, а механиками велосипедов.

- Шариковая ручка была изобретена корректором, а не инженером-механиком.

- Главные усовершенствования в конструкции подводной лодки сделаны английским священником Дж. У. Гарретом и ирландским учителем Джоном Холландом.

- Хлопкоочиститель изобретен преподавателем и поверенным Эли Уитни.

- Огнетушитель создан военным офицером Джорджем Манби.

- Цветная фотопленка «Кодак хром» изобретена двумя музыкантами.

- Процесс непрерывной выплавки стали разработан часовщиком, экспериментировавшим с отливками из латуни.

- Химики, создающие мыло, отказались от синтетических очистителей – но они пригодились химикам-красильщикам.

- *«Ты можешь потерпеть неудачу»*. Представим, что вы дали вашей боязни неудачи управлять принятием рискованных решений. В полной уверенности успеха вы сделаете только три проекта в год. Счет успехов и провалов будет 3:0. Теперь представьте, что в следующем году вы не станете беспокоиться о неудачах и попробуете справиться с 12 проектами. В половине случаях вы потерпите неудачу, и счет будет 6:6. Шесть удач против предыдущих трех! А теперь представьте, чему вас могут научить 12 неудач!

Пути развития творческого начала

Творческие вопросы

Задавайте ребенку сложные вопросы, для ответа на которые потребуется задействовать знания, логику и пространственное мышление:

- Какая задача более творческая: спроектировать наиболее эффективную и эргономичную машину или построить храм, который передаст суть веры в оригинальном ключе?

- Создает ли кто-то новые идеи или лишь заново открывает то, что уже было открыто?

- Что сложнее – начинать творческий проект или заканчивать его? Почему?

- В чем принципиальная разница между научным и художественным творчеством?

Практические занятия

- устройте «день наоборот» - сломайте привычный ритм, приготовьте с утра ужин;

- Сделайте коллаж, использовав копировальный аппарат или компьютер, чтобы увеличить маленькие объекты;

- Придумайте новую настольную игру: можно взять уже имеющуюся - домино, нарды, - и усложнить ее, например, ис-

пользовав два игровых набора;

- Попробуйте готовить пищу с новыми для вас пряностями и специями, - пусть они ведут вас к кулинарным открытиям;

- «Походите» по поисковым системам Интернета, открывая не те ссылки, которые были забиты в поиске, а те, что выпадают при первом запросе. Посмотрите, какие случайные удивительные сайты вы найдете;

- Придумайте модель окружающей среды, где вы хотели бы жить. Используйте только подручные объекты и природные материалы.

- Сочиняйте стихи, используя случайные слова.

Разнообразные опыты

- Комбинируйте мультиэтнические, мультикультурные и мультирелигиозные праздники;

- Представьте, что вы с другой планеты и исследуете Землю. Представьте, что вы исследуете другие планеты. Воображение и представление способствуют творчеству.

Мозговой штурм

- Дайте ребенку кусок глины и попросите его представить, что он (ребенок) и есть глина.

- Предложите ребенку представить себя в другом времени и месте; поинтересуйтесь, например, как бы он готовил еду без посуды и электричества.

- Составьте список вопросов, на которые, по вашему мнению, не может быть ответа

Творческая игра

Пусть ваши дети используют привычные материалы необычным образом. Вовлекайтесь в спонтанные игры, примеряя на себя различные роли.

Стимулируйте физическое развитие младенца, придумывая упражнения на сенсорное исследование и моторику. В игре с повторением одних и тех же навыков дети начинают справляться с очень сложными заданиями. Играя с кубиками, дети решают задачи, связанные с количественными измерениями, равенством, балансом, формой и пространственным мышлением. Театральные постановки предполагают имитацию действий людей и помогают экспериментировать с социальными ролями; в такой игре дети учатся принимать во внимание нужды других и уважать разные ценности.

При помощи игры дети способны выражать себя и справляться со своими чувствами. Игра помогает снять стресс и давление, освободиться от каких-то родительских ограничений.

Заботясь о детях, мы должны избегать

доминирования в игре. Игры должны быть результатом детских идей, а не направляться взрослыми. Мы должны развивать их вдохновение, а не наше.

Чтобы совершенствовать определенные навыки, например, чтения и понимания других людей, вы можете поставить с детьми пьесу в «домашнем театре»: каждому придется выучить роль, понять характер своего персонажа и раскрыть его, попытаться подобрать костюм… Попросите детей устроить для вас представление.

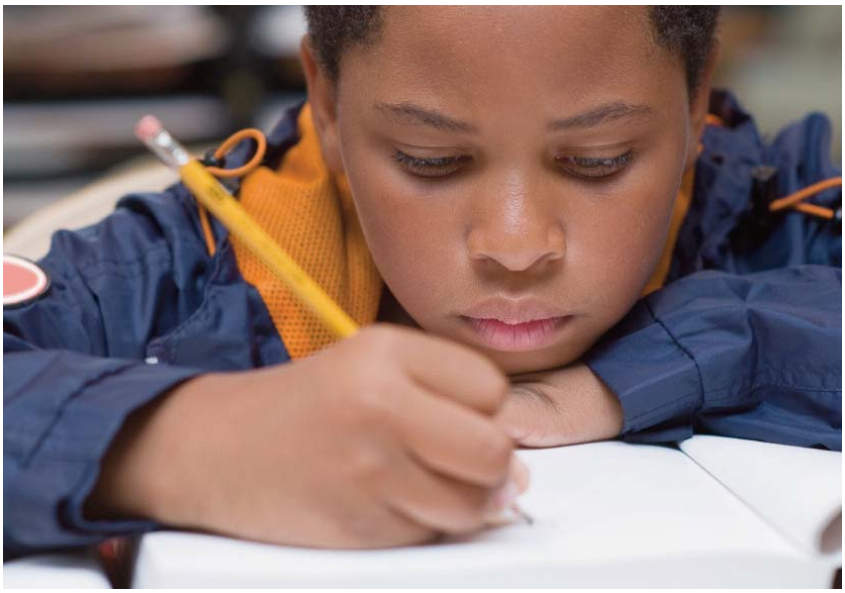
Детское искусство

- Позволяйте детям заниматься художественным творчеством, не ограничивая их каким-то временем в распорядке дня. Вместо того чтобы дать ребенку раскраски или предложить перерисовать какую-то картинку, воодушевляйте его использовать собственное воображение: включите мягкую музыку и попросите ребенка нарисовать то, что он слышит.

- Создайте окружение, которое возбуждает все чувства! Дайте детям почувствовать фактуру бумаги, запах красок, звук оттачиваемого карандаша, посмотреть, как меняются цвета, если их смешивать.

- Воодушевляйте спонтанные открытия. Пусть базовые материалы для творчества, - карандаши, фломастеры, пластилин, цветная бумага, кисти и краски, - будут всегда под рукой. Разрешайте детям открывать особенности разных материалов и инструментов и использовать их. Можно ли использовать пальцы как кисть? Можно ли нарисовать картину на грязи, используя палочку? Сымитировать форму дерева? Объяснить, каков по ощущениям пурпурный цвет? Промаршировать по комнате весело, грустно, смешно?

- Воздержитесь от критики. Нам следует защищать детей от критицизма и уничижительных суждений сверстников, взрослых и себя самих. Каждое творение уникально. Это важно даже в дошкольном возрасте. В искусстве каждый – хозяин своей работы и делает, как



хочет. Дети становятся нерешительными, если их работа оценивается как некрасивая или несовершенная.

«Непродуктивные» идеи

Некоторые черты, которые развиваются у творчески активных детей, могут показаться странными и непродуктивными. Вот несколько примеров:

- Свободное мышление. Когда творческие дети делятся своими идеями, они могут выглядеть импульсивными, сбивчивыми, хаотичными;

- Доверчивость: увлеченные дети восхищаются странными идеями и не видят их оборотные стороны, сразу заметные родителям;

- Юмор: дети способны находить смешные стороны в идеях, которые кажутся взрослым вполне серьезными. Эта способность может быть интерпретирована как отвратительное высмеивание;

- Мечтательность: дети с развитым воображением учатся у фантазий и решают множество повседневных задач с помощью игр, представлений, мечтаний. Но мечты – это действенная помощь разуму создавать новые соединения, их проявления могут выглядеть как невнимательность или рассеянность;

- Изоляция: творчество основывается на простых неоформленных идеях, и детям для «созревания» идей может требоваться одиночество;

- Деятельность: идеи могут приходить во время «ничегонеделания». Если идея приходит, ребенок погрузится в деятельность. Хорошая практика – оставлять карандаши и бумагу в «стратегически важных» местах, чтобы ребенок мог в любой момент фиксировать свои мысли.

«Дар фантазии значит для меня больше, чем мой талант впитывать полезные знания»

Эйнштейн

Что могут сделать родители?

- Подать пример. Поощряйте свое собственное любопытство, энтузиазм и «сумасшедшие» идеи. Держите себя открытыми для нового опыта, делитесь творческими интересами и получайте удовольствие от увлечений вашего ребенка;

- Доверять: ребенок, который чувствует себя любимым и облеченным доверием, вырабатывает в себе уверенность и смелость творить. Излишняя концентрация на социальных условностях и гендерных стереотипах может снизить творческую активность;

- Воодушевлять, вдохновлять эксперименты и открытия. Слушайте своего ребенка и не судите его. Поддерживайте детей, когда у них не получается. Избегайте «пустой награды»;

- Давайте детям материалы, предоставляйте им возможность создавать их собственные произведения. Старые журналы, книги, газеты, игры, одежда и украшения могут быть использованы для разных проектов; например, лоскутки тканей подойдут для пошива пестрого одеяла или покрывала;

- Помогайте ребенку фиксировать их идеи. Дети с раннего возраста любят рисовать, - пусть выражают свои мысли образами. Пока они не начали писать, они могут диктовать свои идеи взрослым или старшим. Позже вы можете вдохновить детей вести дневник или журнал.

Заметка об игрушках

Задумывайтесь о пользе игрушек, которых покупаете детям. Игрушки должны вдохновлять детское творчество и способствовать образованию. Конструкторы, кубики «Лего» стимулируют мышление. Играть с куклами и плюшевыми мишками – прекрасное занятие для ребенка, у него появляется «партнер», он может играть с куклами в «ролевые игры» типа дочки-матери и выплескивать на них свое раздражение. При этом обратите внимание, что некоторые популярные куклы смешивают гендерные роли. Игрушки, которые рекламируют по телевизору и которые дорого стоят, не всегда оказываются лучшим выбором.

Покупайте детские наборы, предназначенные для обучения шитью, вязанию, вышивке, работе с деревом. Маленькие, но настоящие инструменты – швейные, столярные, - прекрасная идея, только покажите детям, как ими безопасно пользоваться. Если у вас несколько детей, старайтесь покупать общие игрушки (например, настольные игры), которые позволят детям играть вместе.

Существуют игрушки для детей с различными возможностями и для детей- аутистов, разработанные специалистами именно для того, чтобы помогать решать проблемы, с которыми сталкиваются такие дети.

Задания

Задание 61: Семейные упражнения для развития творчества

1. Используйте творческие игры: активные упражнения вроде «следуй за лидером» вдохновляют детей думать о своих движениях и испытывать удовольствие от того, что другие повторяют за ними. Выполнение заданий с простыми природными материалами (деревянные кубики, песок, глина, вода) помогает ребенку создавать различные формы.

2. Используйте концепцию «продолжающейся истории»: кто-то начинает рассказывать историю, а остальные продолжают ее. Прочитав какую-то книжку, «проиграйте» ее, используя игрушки.

3. Используйте различные подручные средства как повод для новых игр. Например, съев печенье в форме зверька, ребенок на пару минут «превращается» в это животное; можно вместе с ребенком изобразить, как этот зверь двигается и какие звуки издает.

4. Используйте ролевые игры: такие симуляции перевоплощений позволяют детям понять поведение и чувства других и смоделировать поведение.

5. Задавайте ребенку вопросы, требующие развернутого ответа, а не просто вердикта «да/нет», - лучше спросить: «Что было интересного у тебя сегодня?», вместо «У тебя был хороший день?»

6. Предложите использовать органы чувств:

- Попросите ребенка закрыть глаза и определить, что именно – ластик, деревянный кубик, металлическую гайку, - вы положили в его руку;

- Проделайте это же упражнение с разными звуками: звоном монет, разрыванием бумаги, тасованием колоды карт и т.д.

7. Задавайте вопросы, допускающие сразу несколько правильных ответов, например:

- Что плавает на воде? (дерево, льдины, утки, корабли…)

- Что всегда остается под водой? (рыбы, киты, субмарины…)

- Какого цвета может быть вода?

8. Спросите «Что бы произошло, если бы…»:

- если бы все деревья были голубыми?
- если бы исчезли все машины?
- если бы все носили одинаковую одежду? Имели одинаковое имя?
- если бы ты мог летать?
- если бы никто не убирал в доме?
- если бы все были добродетельными или плохими?
- если бы все были больными или здоровыми?

9. Спросите: «Сколькими разными способами можно использовать…» (ложку, кнопку, веревку, скрепку для бумаги)

Задание 62: Характеры, с которыми надо считаться

Когда Пророку Мухаммеду было ниспослано первое Откровение, он был напуган, но его жена Хадиджа успокоила его и перечислила варианты поведения, приносящего успокоение:

- поддерживать отношения с близкими родственниками,
- помогать слабым;
- давать милостыню;
- предоставлять гостям кров и гостеприимство;
- подбадривать больных.

Обсудите с детьми важность каждого из этих пунктов. Придумайте вместе историю, основанную именно на таком поведении.

Задание 63: Объяснять «хитрые» вопросы

В компании других родителей обсудите, что отвечать на провокационные вопросы детей.

- «Кто создал Бога?», «Почему Бог наказывает людей за то, что те в Него не верят?», «Почему столько людей никогда не получают Божественного послания?», «Как мы сможем вечно жить в Раю и не заскучать?»
- Как объяснить концепцию «свободной воли» и детерминизма так, чтобы вдохновить, с одной стороны, на активное мышление, а с другой, – на смиренное принятие Божьей воли? Откуда мы пришли? Если Бог может сделать так, чтобы все в него поверили, почему Он так не делает?

Это хитрые вопросы для детей. Мы должны им объяснять их исходя из их возраста

и зрелости.

Визуализируя образ Рая, Пророк объяснил, что Рай так хорош и неповторим, что ни один разум не может представить его. Это совершенно новая система вечного существования, которую наши земные чувства не могут постичь.

Задание 64: Творческое решение

Дайте детям прочесть следующую историю, затем подумайте вместе над некоторыми проблемами, с которыми сталкивается семья, и над их решением.

Когда главный исполнительный директор Американских авиалиний увидел охранника, стоящего без дела в здании аэропорта, он предложил менеджерам уменьшить расходы: выставлять охрану только на 3 ночи [в неделю], но так менять график смен, что воры не будут знать, когда здание охраняется, а когда – нет. Такая система позволила сэкономить средства, но через год было предложено заменить охранника служебной собакой. Еще через год было принято решение использовать собаку через раз. На четвертый год директор предложил: раз все дело именно в восприятии вора, то почему бы не дать собаке поголодать, записать ее громкий лай на пленку и периодически проигрывать фонограмму? Это сработало! Администрация здания сэкономила деньги, не нанимая охранников (MSNBC, ноябрь 3, 2007).

ГЛАВА 21

Чувство собственного достоинства и избалованность

- Введение
- Как не вырастить избалованных детей
- Не позволяйте слезам стать оружием
- Задания

Введение

Детей нужно подбадривать, когда они принимают решения и делают ошибки. Ошибки и неудачи – это часть жизни, и важно, чтобы дети учились воспринимать их не как крушение, а как опыт, из которого можно извлечь урок. Не давайте неудачам убивать энтузиазм ребенка: используйте их, чтобы, наоборот, вдохновить. Есть большая разница между словами: «Как ты можешь быть таким глупым?», и: «Я же знаю, что ты умный и способный!» Воодушевление помогает справляться со сложностями и совершенствоваться. Дети, которым самые близкие и ценимые ими люди говорят, что они неудачники, станут именно неудачниками.

Мысли вроде: «Я провалился, я ни на что не годен», – уменьшают наслаждение ребенка от жизни, забирают эмоциональную энергию и усиливают вероятность того, что в сложной ситуации ребенок предпочтет наиболее легкий путь. Дети без уверенности в себе не будут тратить усилия на цели, которые считают заведомо недостижимыми. Дети с низкой самооценкой более импульсивны и меньше забоятся о результате, склонны к немедленному удовлетворению посредством, может быть, алкоголя, наркотиков, секса и насилия. Конечный успех после долгих усилий, - например, противостоя давлению сверстников, - вызывает уверенность в себе.

Детей надо учить, что нет ничего, в чем бы они не могли преуспеть, и что анализ ошибок – это прекрасная возможность научиться чему-то новому. Любые усилия – в т.ч. не приведшие к немедленному результату, - это повод гордиться собой. Счастье, которое следует за успехом, дает больше вероятности, что ребенок захочет и сможет повторить успех.

Любовь, смелость, творчество, честность и чувство ответственности прямо или косвенно создают уверенность в себе и способствуют высокой самооценке, увеличивают эмоциональную энергию и психологические возможности ребенка.

Именно мы решаем, что стакан
наполовину пуст или полон.
Вкладывайте в детей смелость и
уверенность при любой возможности.
Если семена посажены, - они прорастут.

Как не вырастить избалованных детей

Дети должны учиться преодолевать препятствия и справляться со стрессом. Они должны быть научены принимать «нет» родителей, друзей, учителей, соседей. Учите детей принимать отказы. Ниже обозначены некоторые способы, как не испортить ребенка.

Не пренебрегайте дисциплиной

Некоторые родители склоны баловать детей. Любое изобилие, - игрушек ли, игр, денег или шоколада, - может испортить ребенка в очень раннем возрасте. Дети в семьях с достатком могут вырасти испорченными, потому что у них было всегда много всего. Родители не должны давать своим детям больше, чем это уместно. Наша задача - подготовить их к жизненным испытаниям и разумным ограничениям.

Никогда не удовлетворяйте все запросы

Родители испытывают удовольствие, выполняя детские желания, однако они должны все же оставлять некоторые желания не выполненными. Если выполнять все требования, ребенок может вырасти и стать нарциссом. Эти дети иногда становятся непоследовательными, резкими и легко отчаиваются. Такой человек межет быть не в состоянии выдержать, например, конкуренцию или отказ при приеме на работу, когда вырастет. Они более склонны к депрессии, чем другие, и они не могут справиться с разочарованиями легко.

Не сравнивайте

Родителям надо пресекать попытки детей сравнивать свое состояние с положением других детей. Если ребенок хочет новую игрушку только потому, что у соседа есть такая, его желание надо пресекать.

Избегайте потакания

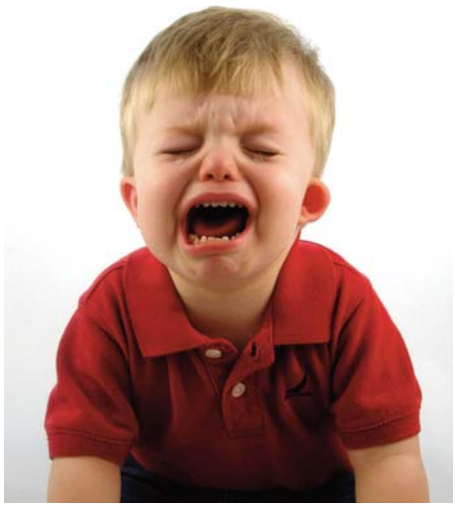
Дабы избежать конфликтов, некоторые родители во всем потакают детям. Потакание имеет краткосрочные выгоды, но долгосрочные потери и дети могут потерять уважение к таким родителям. Взрослые должны проявить твердость и уметь говорить «нет» в ответ на не всегда необходимые запросы детей. Вы не можете растить постоянных иждивенцев и не обязаны превращаться в обслуживающий персонал.

Не уступайте чувству вины

Некоторые родители, испытывая по разным поводам чувство вины, стремятся порадовать детей «во искупление». Например, многие работающие матери приходят домой поздно и не имеют времени помочь ребенку с домашней работой, но с удовольствием удовлетворяют его просьбу мороженого на завтрак. Ребенок достаточно умен, чтобы понять истинную причину подобной «лояльности». Родители должны иметь храбрость отказать детским капризам.

Детей надо учить принимать возможные отказы от родителей, друзей, учителей и соседей.

Не позволяйте слезам стать оружием



Легко объяснить плач ребенка какой-то серьезной потребностью - голодом, болезнью, страхом. В этом случае ребенок справедливо требует родительского внимания. Но есть и другой тип – капризный плач. Ребенок увидел в магазине игрушку, требует ее, падает на пол и громко ревет. Это не потребность, но испытание «пределов прочности» родителей. Такой плач следует просто проигнорировать, иначе он станет привычкой: крики будут становиться все громче, пока расстроенные родители не сдадутся, ребенок усвоит, что таким путем может контролировать родителей и настаивать на своем. Не пытайтесь перекричать детей, сохраняйте невозмутимость и не сдавайтесь. Когда каприз закончится, ребенок должен понять, что избранная им тактика не приносит желаемых результатов.

Задания

Задание 65. Тест на надежность

В одном и том же человеке легко совмещаются разные черты характера. Все члены семьи должны оценить собственную надежность, ответив на вопросы:

- Сдерживаю ли я обещания?
- Уважаю ли я старших?
- Ответственно ли я отношусь к своим обязанностям?
- Вовремя ли я возвращаю долги?
- Завершаю ли я работу?
- Соблюдаю ли я время молитвы?
- Пунктуален ли я?

Задание 66: Удовлетворение

Прочтите историю и сравните предложенную модель поведения с собственной практикой.

Посланник сказал: «Будьте удовлетворены тем, что Бог приготовил для вас, и вы будете самыми богатыми из людей».

Один из сподвижников всегда приходил на молитву в одном и том же рваном халате. Пророк заметил, что тот быстро уходит после молитвы, и спросил о нем; ему ответили: «Он поспешил домой». Пророк послал за ним, тот пришел и Пророк спросил: «Почему ты уходишь быстро и не заканчиваешь свои молитвы?» Сподвижник ответил: «Потому что у нас с женой один халат на двоих, и я спешу отдать ей халат, чтобы она могла успеть совершить молитву, пока не прошло время». Пророк отдал ему свою рубаху, тот счастливый принес ее жене, которая спросила: «Чья это рубаха?» Он ответил: «Пророка, он дал ее нам». Она спросила: «Ты жаловался на Бога перед Божьим Посланником?» Он ответил: «Я не жаловался на Бога! Перед Богом я только принимал дар, поэтому рубаха Пророка будет моим саваном в могиле!»

Имам аль-Газали «Ихйа' 'улум ад-дин»

Задание 67: Активное участие

Прочтите с детьми следующее и примените к собственному опыту.

Самое лучшее обучение – когда дети активно вовлечены в открытие мира вокруг них: пытаются понять, падают и пытаются встать, выражают свои мысли и откликаются на то, что видят. Родители должны объяснять и учить извлекать уроки их таких открытий. Дайте детям возможность протестировать и получить знания во время этих «обучающих мгновений». Позвольте им побыть в тишине, посмотреть вокруг, глубоко вдохнуть, выразить расстройство и подумать. Это не признак слабости, просто дети пытаются выработать модель поведения в тех обстоятельствах, в которых оказались. К сожалению, в тот момент, когда ребенок старается самостоятельно разобраться в каком-либо вопросе, многие родители пытаются его «подстраховать» - отвечают за него на вопросы, излишне оберегают от любых сложностей, берут решение проблемы на себя. Это оказывает негативное влияние на уверенность ребенка в себе, способность выбирать варианты решения, развитие терпения, приобретение навыков переговоров: дети лишь научатся полагаться на других.

Родителям надо взять на себя роль эксперта, тренера, наставника. Дайте детям возможность использовать свои собственные знания, навыки и способности, направьте их и подскажите, какие задатки использовать.

Взрослые должны разрешить детям делать ошибки. Помогите ребенку открывать и понимать, что было правильно, а что пошло неверно, почему они сделали именно так, как сделать это лучше в следующий раз. Важна не только поставленная в данный момент задача, - куда важнее усилие разума, необходимое для ее выполнения, выявление ошибок и их анализ во избежание их повторения.

Через активное общение укрепляются семейные узы и создаются более глубокие отношения между поколениями. Если однажды создать эти узы, ребенок будет иметь больше желания консультироваться с родителями в сложных ситуациях, когда станет старше, а его проблемы – серьезнее.

ГЛАВА 22

Друзья вашего ребенка

- Введение
- Ежедневное давление в школе
- Выбор друзей
- Что делать, если друзья ребенка вам не нравятся
- Почему так сильно притяжение между подростками?
- Неблагоприятная среда
- Задания

Введение

В физике одинаково заряженные частицы отталкиваются друг от друга, а противоположности притягиваются; в мире животных «масть к масти подбирается». Мы стараемся установить дружеские отношения с людьми, которых встречаем, – соседями, одноклассниками, продавцами в магазине и т.д. Мы должны со всеми общаться с приветливостью и уважением. С другой стороны, лучше не создавать близкие отношения с теми, кто не разделяет ваши ценности. Выберите в друзья верующих людей, соблюдающих ритуальную практику, - такие не будут против того, чтобы на несколько минут прервать игру для молитвы, и поймут, почему вы не употребляете алкоголь и наркотики.

Иногда невозможно дружить с теми, кто разделяет ваши ценности, из-за дальности расстояния; их дети не могут ходить в одну школу с вашими. Однако можно найти друга из живущей по соседству хорошей семьи любой веры, который уважает ваши традиции. Общественные организации, спортивные клубы, группы скаутов и любителей природы могут стать хорошим местом, чтобы завести дружбу с молодыми людьми, которые разделяют ваши интересы и предпочитают получать здоровую, чистую радость.

Хороший друг – тот, кто понимает тебя и несет в себе ценности преданности, щедрости, сострадания. У нас, взрослых, могут быть стандарты, с которыми подростки не всегда согласны. Друзья оказывают на подростков куда большее влияние; они будут экспериментировать с одеждой, моделями поведения, отношением к другим людям.

Девочки предпочитают доверительные отношения с одной близкой подругой или ограниченной группкой; мальчики чаще создают целые товарищеские команды для спортивных игр или какого-то увлечения. Эта дружба очень важна, она может быть очень глубокой, но может и неожиданно расколоться, если один из товарищей не соответствует представлениям о дружбе.

Не раздражайтесь, если кажется, что дети больше заняты друзьями, чем своей семьей. Чтобы сохранить родственников, не нужно прилагать усилий, – они родственниками и останутся, с ними нужно лишь поддерживать отношения. Друзей же придется искать, приобре-

тать, хранить; а чью-то дружбу еще надо заслужить.

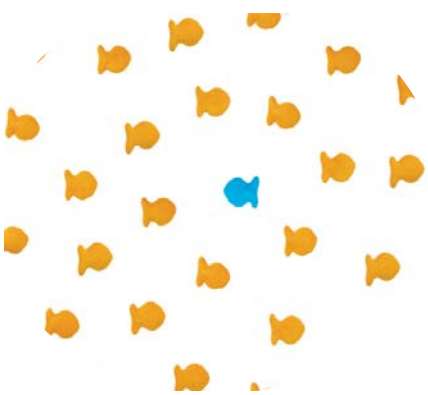
Отметьте, что в ряде случаев детская дружба даже перерастает в семейные узы. Старая итальянская пословица гласит: «Покупай корову с собственного поля», - что значит: легче сойтись с кем-то, кто тебе хорошо знаком.

Есть много людей, которых автоматически называют «друзьями»:
- Коллеги – люди, с которыми мы вместе работаем или которые профессионально занимаются тем же, чем и мы. Не обязательно их любить или поддерживать с ними близкие отношения вне работы, но, как правило, для плодотворного процесса с ними устанавливается внешне дружелюбное общение, основанное на априорном взаимном уважении.
- Знакомые – те, кого мы узнаем в лицо, но на самом деле знаем мало и без отношений с которыми прекрасно обходимся: соседи, проживающие на одной улице, продавцы в ближайшем магазине, почтальон, дворник.
- Приятели – те, кого мы хорошо знаем, с кем сталкиваемся в одних и тех же обстоятельствах (в школе, лагере, спортивном клубе, одной компании), к кому испытываем дружеские чувства и к кому при необходимости можем обратиться за помощью.
- Близкие друзья – те, кого мы знаем хорошо и давно, на чью поддержку в различных ситуациях можем рассчитывать и которым считаем себя обязанными помогать.
- Лучшие друзья – чувства по отношению к ним больше похожи на любовь, чем на простую симпатию. Они делятся всем, и как бы много ни спорили, все равно остаются лучшими друзьями.

Дружба – это веревка о двух концах: невозможно быть связанным с человеком, который не связан с тобой. В дружбе надо отдавать не меньше, чем получаешь: терпения, нежности, юмора, заботы и самоотдачи; надо постоянно находиться «на связи».

Большинство людей со временем меняются. Объясните подросткам, что им не надо винить себя, если их друзья попали в сложную ситуацию и не могут уделять им столько внимания, как раньше, или же просто охладели к ним.

Вы вправе огорчаться, если дети выбирают себе «нежелательных» друзей, чьи ценности и модель поведения не совпадают с тем, чему вы пытаетесь научить детей. Многие подростки, с которыми контактируют ваши дети, не боятся Бога, курят и принимают наркотики, используют нецензурную лексику, имеют приводы в полицию и вполне могут послужить плохим примером для других сверстников или даже подбить их на какие-то опасные авантюры. В то же время имейте в виду, что добродетели вашей семьи и поведение ваших детей могут стать для кого-то примером.



Ежедневное давление в школе

Школьная система давит на детей – они должны быть приняты одноклассниками. Ребенок из традиционной мусульманской семьи в немусульманском окружении может испытывать сложности из-за недостаточного владения неродным языком, невозможности соблюдать принятый дресс-код (особенно девочки) и пищевых ограничений. Эти различия могут стать поводом для насмешек и травли одноклассниками. В расистском обществе проблемы для ребенка может создать даже цвет его кожи.

Выбор друзей

Нужно знать, кого ваш ребенок считает своими друзьями. Приглашайте их к себе домой, чтобы понять, кто они и какое влияние могут оказать на вашего ребенка. Посещение вашего дома может стать для некоторых из них первой возможностью узнать о быте, традициях, укладе жизни мусульман: представьте, какое влияние это может оказать на кого-то из подростков!

Говорите с детьми об их выборе друзей, особенно если некоторые из них вызывают у вас вопросы. Делайте это аккуратно. Дети должны начинать принимать свои собственные решения, в т.ч. о выборе друзей. Если вы принимаете решения за них, вы не учите их независимости, и это не поможет им, потому что вы не всегда будете рядом.

Когда обсуждаете с детьми их друзей, сделайте две важные вещи:

- Сделайте упор на «Я». Поговорите с ребенком о том, как вы чувствовали себя среди его друзей, например: «Когда ты играл с Ясмин, мне показалось, что она все отбирает у других ребят. Мне было грустно смотреть, как эгоистично ведет себя ребенок», или: «Я обратила внимание, что Сара грубо отзывается о своей матери. Это мне не понравилось». Этим вы даете сыну или дочери шанс проверить ваши наблюдения и не провоцируете их защищать своих друзей. Не нужно говорить, что ребенок всегда выбирает себе в друзья эгоистов и грубиянов.

- Задавайте вопросы: спросите, не заметил ли ребенок того же, и спросите, что он подумал. Внимательно послушайте ответ: вам нужна честная оценка. Если ваши мнения совпадают, можете заметить: «Не кажется ли тебе, что лучше было бы проводить больше времени с другими друзьями, а не с…..»

Начните процесс открытого обмена мнениями как можно раньше. Это будет ценным «мостом», который вы сможете использовать, когда дети станут старше и ставки вырастут.

Что делать, если друзья ребенка вам не нравятся

Иман аль-Кади, социальный работник, сказал:

> «Ребенок может выбрать в друзья не слишком воспитанного сверстника. Не пугайтесь, потому что детей привлекает все, что отличается от привычного; однажды удовлетворив любопытство, они, как правило, теряют интерес. Если мы попытаемся резко прервать эту дружбу, давя родительским авторитетом, то это может только повысить привлекательность подобного друга в глазах ребенка просто из упрямства. Когда друг ребенка, который вам не по нраву, приходит в ваш дом, можно сказать: «Добро пожаловать, но пожалуйста, уважай правила этого дома».

Пожалуй, самая большая опасность для детей – иметь друзей-единоверцев, которые не уважают веру и грешат. Один из авторов вспоминает шок его двух мальчиков семи и девяти лет, когда они впервые попали в Стамбул, - воспитанные в Америке в религиозной домашней обстановке, они не могли себе представить, что в Стамбуле люди пьют алкоголь, продают на улицах порнографические журналы и откровенно пренебрегают постом в Рамадан. Автор постарался им объяснить, что люди могут быть рождены мусульманами, но не вести себя положенным мусульманам образом.

На детей влияют взгляды и принципы их родителей, и взрослым важно понять, когда ребенок этим принципам не следует. Какие факторы притягивают ребенка к другу, чье поведение кажется вам подозрительным? Почему один ребенок начинает курить, а другой – нет? Дает ли этот друг вашему ребенку что-то, чего тот не может получить от других?

Вот еще несколько советов:

- если ребенок, который вам не нравится, собирается прийти в гости, пригласите и других детей, которые вам нравятся, чтобы нивелировать дурное влияние;
- займите ребенка другими делами (например, посещением родственников);
- составьте список правил, которые в вашем доме должны соблюдать все (такие, как «нет крикам, брани и дра-

ВЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ ДРУЗЕЙ ВАШИХ ДЕТЕЙ.

Почему так сильно притяжение между подростками?

Подростки в нефункциональных семьях, как правило, стремятся посоветоваться со своими сверстниками по следующим причинам:

- они выбирают друзей и выстраивают с ними отношения самостоятельно, в отличие от уже сложившихся отношений внутри семьи и между родственниками;
- их близость со сверстниками основана на одинаковом возрасте, опыте, чувствах, хобби, проблемах и окружении.

Подростки формируют свои социальные группы с особой субкультурой, символами, языком, ценностями и нормами поведения.

Становясь старше, дети меньше советуются со взрослыми и больше - с друзьями, и если в финансовых вопросах они по-прежнему зависят от родителей, то в выборе увлечений, одежды, клубов, проведения свободного времени, составлении маршрутов путешествий они следуют своим друзьям.

Друзья влияют на друзей. Пророк объяснял:

«Человек исповедует религию своего друга, так пусть каждый из вас посмотрит на того, с кем он дружит» (аль-Тирмизи и Абу Давуд);

«Человек будет с теми, кого он любит» (аль-Бухари и Муслим).

«Пример праведного друга и плохого подобен продавцу мускуса и раздувающему кузнечный мех. Что касается продавца мускуса, то либо он сделает тебе подарок, либо ты купишь у него что-нибудь, либо ощутишь исходящий от него аромат. Что же касается раздувающего мех, то либо он прожжет твою одежду, либо ты ощутишь исходящее от него зловоние» (аль Бухари и Муслим)

Следующие аяты объясняют последствия плохого влияния:

В тот день беззаконник станет кусать свои руки и скажет: «Лучше бы я последовал путем Посланника!
О горе мне! Лучше бы я не брал такого-то себе в друзья!
Это он отвратил меня от Напоминания (Корана) после того, как оно дошло до меня». Воистину, дьявол оставляет человека без поддержки (25:27-29).

Неблагоприятная среда

Круг общения детей и его влияние способны создать для семьи серьезные проблемы, от которых нельзя просто отмахнуться. Негативное поведение школьных приятелей и соседских детей, с которыми общается ваш ребенок, могут не на шутку осложнить существование семьи. Многие родители переводят детей в другие школы или даже переезжают в другие города, чтобы изменить окружение. Это малая жертва по сравнению с большими плюсами, которые проявятся позже.

Д-р Джеймс С. Коулмен, экс-президент Американской социологической ассоциации и один из наиболее известных социологов, выступал за общение и обсуждение вопросов между представителями разных поколений. Родители ребенка должны знать родителей его друзей: это усиливает общественные связи, дает возможность сформировать правильное поведение и скорректировать неверное.

Задания

Задание 68: Примеры для подражания

Попросите ребенка назвать трех людей, с которыми он больше всего хотел бы пообщаться вживую. Это позволит вам понять их интересы и ориентиры.

Обсудите с детьми плохие и хорошие примеры для подражания.

Задание 69: Плохое влияние на вашего ребенка

Обсудите следующую ситуацию и комментарии к ней:

Вы считаете, что девятилетняя дочь вашего соседа плохо влияет на вашу 7-летнюю дочь. Дети вместе почти каждый день, и вы хотите минимизировать их общение. Вы:

1. заставляете дочь сказать соседской девочке, что они больше не могут видеться и играть вместе;
2. сами говорите соседской девочке, что она не может больше играть с вашей дочерью и приходить к вам домой, и ваша дочь не будет посещать ее дом;
3. разрешите им общаться только под вашим присмотром;
4. поговорите с родителями девочки и объясните свои соображения по поводу общения детей.

Плохое влияние на ребенка – это большая проблема для большинства родителей. Ниже даны комментарии к каждому варианту действий:

1. не заставляйте ребенка объяснять ваши взгляды другому ребенку, - они слишком малы, чтобы понять проблему, и вы для всех станете злодеем;
2. устанавливать правила для чужого ребенка недопустимо;
3. в этом случае вы рискуете превратиться в постоянного надсмотрщика, и со временем это может стать слишком обременительным;
4. непросто объясняться с соседями по поводу неправильного - на ваш взгляд - поведения их ребенка; однако это лучший способ решить проблему.

Задание 70. Если бы я мог, я бы вел себя по-другому!

На семейной встрече родителям надо ответить на вопросы: «Если бы я начал свою жизнь заново, построил бы я ее по-другому?». Признайте свои ошибки перед детьми и воодушевляйте детей делиться своими ошибками.

ГЛАВА 23

Разрушительное влияние телевизора, мобильных телефонов, видео и компьютерных игр

- Введение
- Вопросник для родителей
- Негативные эффекты телевизора
- Никакого ТВ дома!?
- Способы освобождения от телевизионной зависимости
- Факты о телевидении
- Наша телевизионная культура
- Как изменить «телевизионные привычки»?
- Предупреждение о телевизоре
- Семейные альтернативы просмотру телевизора
- Более серьезные варианты
- Вред от неконтролируемого Интернета
- Компьютерные игры
- Видеоигры и дети
- Задания. Альтернативы телевидению и компьютерным играм
- Заключение

Введение

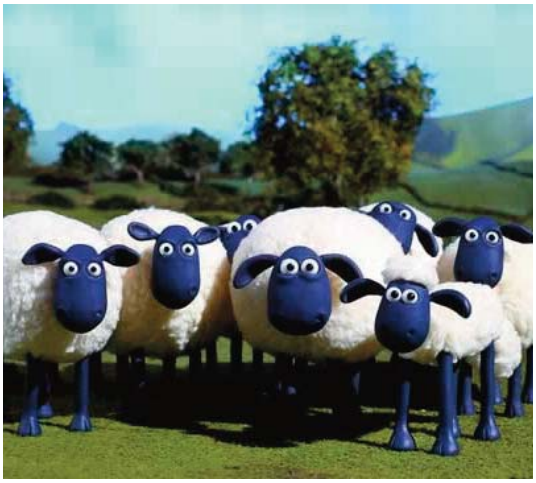
Есть в нашем доме кое-что, что тихо сидит в углу, но играет огромную роль в нашей жизни; проводит с детьми больше времени, чем мы; мы не обращаем на него внимания, а оно может разрушать целые семьи. Эта вещь – телевизор.
Не надо недооценивать телевидение и его огромное влияние на наши жизни!
В то время как телевидение повлияло на людей в XX веке, мы находим, что новая технология в XXI веке влияет на нашу жизнь через Интернет, мобильные телефоны, iPad и т.п. Действительно, возможности сотовых телефонов охватывают практически все возможные средства коммуникации, включая телевизор. Таким образом, материал в этой главе относится и к мобильным телефонам, так же, как к телевизору, видеоиграм, компьютеру и Интернету

Вопросник для родителей

- Смотрят ли дети телевизор во время завтрака и перед тем, как идти в школу?
- Смотрят ли они телевизор сразу после того, как приходят домой? Во время приготовления уроков?
- Смотрит ли семья телевизор во время обеда?
- Как много разговоров детей и их игр основаны на впечатлениях от просмотра телепрограмм?
- Включен ли телевизор, когда дети играют с друзьями или игрушками?
- Просят ли дети продукты питания и игрушки, которые видят в рекламе по телевизору?
- Подчинена ли семейная жизнь программе телепередач?
- Может ли ваш ребенок выключить телевизор после просмотра конкретной программы, или же «ящик» продолжает работать?
- Устает ли ребенок от просмотра телевизора допоздна?
- Испытывает ли ребенок страхи, видит ли он кошмары после просмотренного?
- Предпочитает ли он просмотр телепрограмм играм?
- Игнорирует ли он приход гостей, когда смотрит телевизор?
- Мешает ли телевизор соблюдать время молитв?

Проводить слишком много времени за просмотром телевизора – это тоже зависимость, сходная с наркотической. Многие дети при просмотре телепрограмм входят в состояние, похожее на транс, полностью отключаются и не замечают ничего вокруг, - не реагируют на обращение к ним, не отвечают на звонок телефона.

Можно бесконечно обсуждать содержание телепрограмм, доказывать, что некото-



рые программы полезны, а некоторые наносят вред; но выбор программ менее важен, чем сам факт зависимости от телевизора.

Даже один «телезависимый» в семье может создать массу проблем: сложнее организовывать досуг и наслаждаться временем, проводимым с семьей, когда кто-то один всегда предпочтет просмотр ТВ.

Согласно Мэри Винн (2002), телевидение оказывает на многих людей гипнотическое влияние; они становятся подобными зомби - тупыми и легко контролируемыми. Проблема не в том, что происходит при просмотре телевизора; проблема в том, чего НЕ происходит: проводя сотни часов перед экраном, дети не развиваются ни интеллектуально, ни социально, они не сказали сотен тысяч слов, обращенных к другим, не задали тысячи вопросов и не получили на них ответов.

Негативные эффекты телевизора

Оценивая влияние телевидения на развитие детей, родители чаще обращают внимание на содержание просматриваемых программ, а не на время, проведенное перед телевизором. Они заняты своими делами, им нужны тишина и мир в доме, и телевизор – электронная «сиделка» - обеспечивает желанную «занятость» детей. Но в данном случае нужды родителей противоположны нуждам детей: телевизор не развивает независимость, не способствует осознанию ребенком своих сил и слабостей, не учит общаться. Дети должны быть вовлечены в фантазии, которые творят сами, а не в созданные для них взрослыми; им нужны интеллектуальные стимуляции от живого общения, собственных действий, тактильных ощущений, а не от пассивного сидения пред экраном.

Многие родители используют телевизор, чтобы упокоить гиперактивного ребенка, потому что просмотр программ расслабляет и не требует интенсивного умственного напряжения. Легкая расфокусировка глаз при просмотре ТВ схожа с той, что происходит во время

сна; информация, получаемая из телефильмов, часто нереальна. Современное телевидение превращается в обманку, не дающую ни пищи для ума, ни той любви, что исходит от членов семьи; но оно привлекательно, потому что концентрирует в себе столько удовольствий: яркие образы, разные звуки и музыку, узнаваемые вымышленные сцены. Больше половины американских родителей используют «отлучение от телевизора» как наказание.

Телевидение поражает детей, которые становятся пассивными, тихими и неактивными. Быстрое мелькание образов, постоянная фокусировка и расфокусировка камеры, смена точки съемки каждые несколько секунд могут привести к неспособности удерживать внимание. Гиперактивные школьники пробуют перенять навязываемую телевидением динамику образов, постоянно меняя свое положение в пространстве. Даже ТВ-шоу для детей слишком агрессивные - они излишне мощно действуют на чувства школьников, которые часто не развиты настолько, чтобы справляться со столь быстрой электронной стимуляцией. У детей часто диагностируется синдром дефицита внимания и гиперактивности.

Включите детские ТВ-шоу и обратите внимание, как быстро меняются сцены и положение камеры; речь ведущих излишне громкая и чересчур быстрая для восприятия. Такие программы просто останавливают умственное развитие детей, - в отличие от чтения книг.

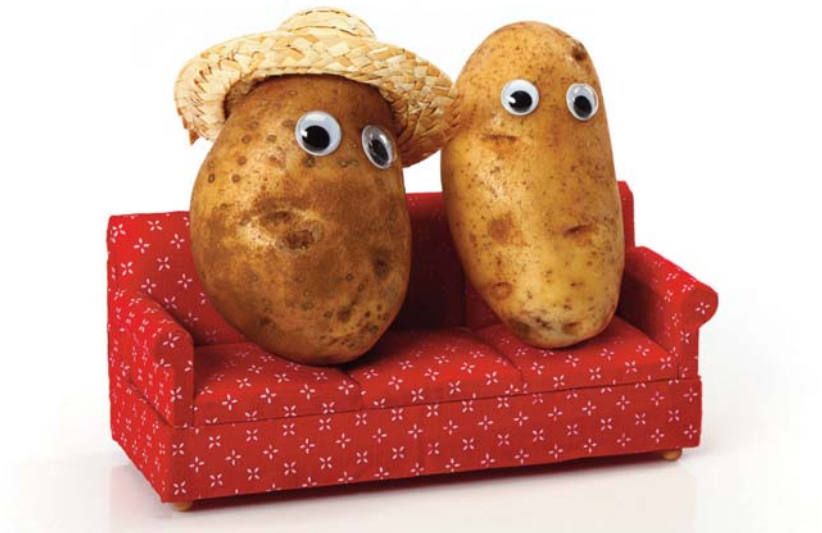
Многие родители замечают, что когда они выключают телевизор, настроение детей резко меняется, - они становятся возбужденными, исступленными и не поддающимися контролю. Это «синдром re-entry» (повторного входа волны возбуждения), - примерно то же испытывают люди, когда от состояния сна переходят к бодрствованию. У помешанных на телевизоре детей его выключение часто провоцирует грубость, крик, отвратительное поведение.

Опыт «Улицы Сезам»

«Улица Сезам» – это международное детское телешоу, которое учит алфавиту и базовым знаниям. Продюсеры «Улицы Сезам» утверждают, что их программа имеет важное образовательное значение для малышей. Воспитатели отмечают, что многие дети приходят в детские сады, уже зная буквы именно благодаря этой телепрограмме. Однако «Улица Сезам» «привязывает» детей к телевизору. Юные поклонники программы не умеют играть в игры, требующие воображения, они не используют игрушки, не пользуются какими-то дополнительными материалами; у них низкий уровень терпения, недостаток настойчивости, они не отличают фантазии от реальности.

Успешное обучение требует прикладного опыта. «Улица Сезам» и программы «образовательного» типа – плохая замена настоящему опыту лицом к лицу с учителем.

Учителя начальной школы отмечают, что многие ученики не хотят читать и не умеют сосредотачиваться, концентрировать внимание. Хотя телевидение может улучшить невербальные навыки ребенка, оно не помогает развивать другие



навыки, необходимые для успешного школьного обучения. Сто часов просмотра «Улицы Сезам» имеют меньше образовательной ценности, чем 10 часов, проведенные с хорошей книгой. Родители и книга могут сделать для интеллектуального развития ребенка куда больше и за более короткое время.

Чем больше дети смотрят телепрограмм, тем хуже они учатся в школе. Успех в классе требует развития кругозора, словарного запаса, способности общаться с другими, навыка концентрироваться на скучных повторяющихся задачах, - все эти наработки «стопорятся» за просмотром телевизора.

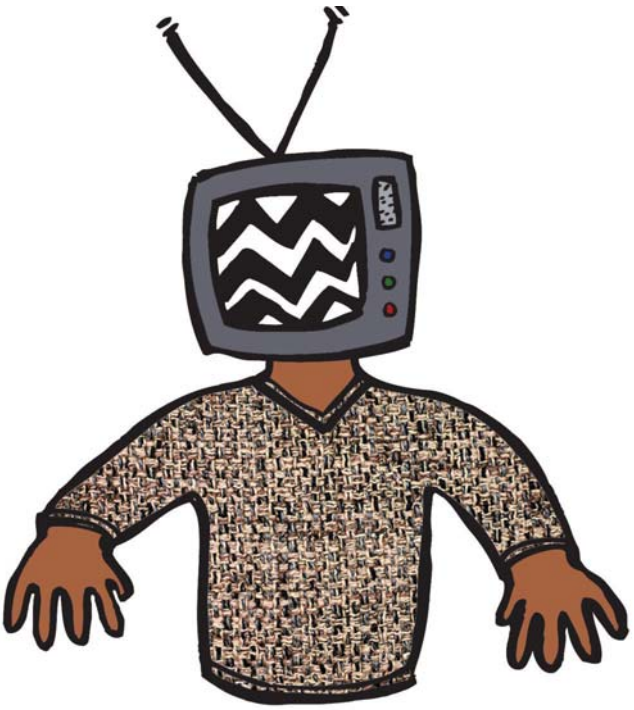
До телевидения

До появления ТВ родители были строже с детьми, - не потому, что верили, что это более успешный способ воспитания (а это действительно так), но потому, что твердость была нужна для выживания самих родителей. Родители наблюдали за детьми, учили их играть и развлекать себя самим, постоянно контролируя уровень их развития. Родители настаивали на дневном сне детей и проверяли, спит ли ребенок или просто тихо лежит в своей комнате, играет или слушает музыку.

После распространения телевидения многие из этих практик исчезли. В наши дни дети уже не знают, чем бы себя развлечь и удивить, и вместо того чтобы посвятить время какому-либо увлечению, отвергают чтение, творчество, - они просто смотрят «ящик».

До телевидения дети довольно быстро переходили от младенческой привязанности к родителям к осознанию собственных возможностей, «интегрировались» в окружающую среду и активно общались друг с другом. К трем годам они стремились вовсю осваивать мир вокруг них.

Теперь же именно на этой стадии взросления им предлагается «нянька»-телевизор: родителям кажется, что пока дети сидят в своих комнатах и смотрят телепрограммы, они находятся в тиши-



не и безопасности и чем-то заняты, освобождая мам и пап: те избавлены от необходимости что-то предлагать и чем-то занимать ребенка. Да, просмотр ТВ избавляет от всех тех рисков, которые несет, например, игра во дворе: ребенок не ушибется, не поранится, не попадет в беду, не заставит родителей сердиться… Как только малыши освобождаются от младенческой зависимости, телевизор предлагает им новую привязанность.

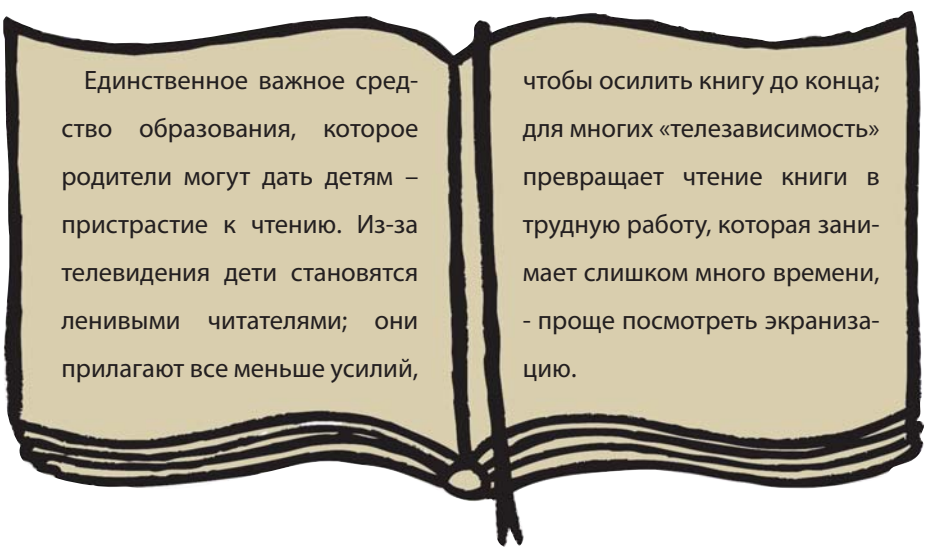
До приобщения к телевизору дети постоянно расширяли свои интересы и пробовали новое, превозмогали скуку, придумывая игры, выдумывая, читая, пересказывая… Теперь же дети жалуются, что им «нечего делать» и все кажется неинтересным. Никогда, кажется, они не получали столько впечатлений и информации, - и никогда так не скучали! Просмотр ТВ стал безопасным, не требующим ни малейших усилий способом проводить время и жизнь, а поиск каких-то веселых занятий стал чем-то вроде работы! Экранизации литературных произведений забрали у детей воображение и дали им чужой взгляд вместо собственного. Они больше не растут вместе с героями книг, не пытаются понять их внутреннее наполнение, их борьбу и ценности. Вместо дней, проведенных за чтением и постепенным приближением к концу, они получают сюжет за 90 минут. Дети отходят от телевизора, получив развлечение, но не удовлетворение; это своеобразный эффект отстранения. Между нами и книгами существует глубинная связь, которую нельзя изучить, объяснить, выразить количественно, - и именно эта важная эмоциональная связь отвергается телевидением.

В прошлом свободное время позволяло детям заняться любимыми делами, чтобы уменьшить свою зависимость

от взрослых; сейчас же для многих детей свободное время – это проклятье, они просто не знают, чем его занять, и единственная вещь, которую они могут делать – смотреть телевизор; некоторые даже едят, общаются с друзьями и делают домашнее задание напротив экрана.

От просмотра ТВ страдает и семейная жизнь, - дневные занятия подчиняются программе передач, а семейные ритуалы умирают. Многие взрослые жалуются, что дом превращается в отель или ресторан, становится местом лишь для сна и еды, часто даже не понимая, что это следствие уступки телевизору важной части жизни семьи. Для здоровой семьи необходимо разделение опыта, совместное обсуждение, общение, - именно они и создают прочные семейные отношения. В противном случае родители превращаются в необходимый фон жизни детей, их роль сводится к кормлению, одеванию, предоставлению крова.

Зависимость от телевизора подрывает единство семьи, крадет время, которое люди могли бы уделить общению. Большинство американских семей смотрят телепрограммы во время обеда, причем члены одной и той же семьи могут иной раз смотреть разные каналы на разных телеприемниках! Даже если они смотрят прекрасные передачи о природе, морали, актуальные новостные программы, они все же лишают себя чего-то более важного. Они поделились друг с другом тем, что сделали за день? Обменялись планами, мнениями, шутками, поговорили о своих победах и желаниях? Можно ли в этом случае назвать их настоящей семьей? Хотя само по себе телевидение не разрушает семейную жизнь, оно ее и не укрепляет: оно просто забирает время у творчества, доверительных отношений и укрепления эмоциональной защиты членов семьи, оно стоит на пути родителей, которые занимаются образованием своих детей.



Обман, созданный телевидением

Однажды пара медработников с двумя детьми пригласила меня для консультации по семейными проблемам. К моему удивлению, мать сказала: «Я думала, что брак будет полон радости без ответственности, как это показывают в голливудских фильмах». Если даже люди с образованием попадаются на крючок рисуемого телевидением «портрета» жизни, то каков шанс устоять перед ним у детей?

Во втором классе учитель прочитал нам историю о паре стариков, у которых были собака и кошка. Кошка обманывала хозяев, а собака была им верна, поэтому пес и преследовал кошку, которая спасалась на дереве. История заканчивалась утверждением: «С этого дня, когда собака видит кошку, она бежит за ней, чтобы укусить». Много лет я искренне верил, что причиной, по которой собаки гоняют кошек, является то самое предательство кошкой милой пожилой пары. Учитель должен был четко объяснить, что эта история - выдумка, потому что дети верят тому, что видят и слышат. Точно так же родители должны объяснить детям, что не все, что те видят по телевизору, - правда.

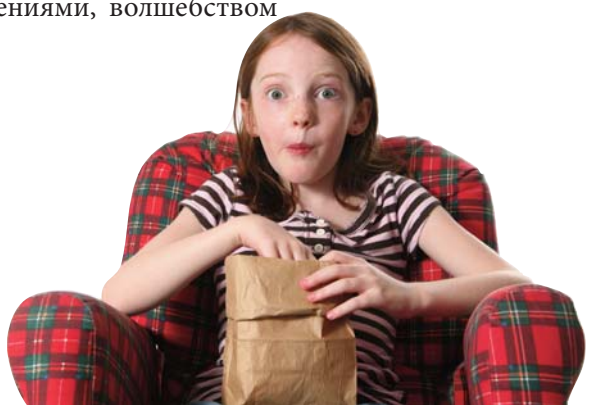
Бывший главный военный хирург США С. Эверетт Куп

Быстрые Факты о ТВ

- Просмотр телевизора является ведущим видом досуга для американцев, с типичным американским просмотром от двух с половиной до почти пять часов в день, в зависимости от исследования и времени года (Grolier Encyclopedia).
- Исследование Кембриджского университета обнаружили, что 14 и 15-летние, которые проводят даже час за просмотром телевизора или в Интернете, достигали более низких результатов по Шкале комы Глазго (The Guardian 2015).
- К возрасту 18, американские дети видели в среднем более чем 200000 актов насилия, в том числе 16.000 убийств на телевидении (Американская академия детской и подростковой психиатрии).
- Доля избыточного веса у американских и британских детей значительно увеличилась за последние 30 лет, из-за, в частности, просмотра телевизора и плохой диеты.

Чужой

«За несколько месяцев до моего рождения отец встретил на улице незнакомца, который был новичком в нашем маленьком городе. Отец был так им восхищен, что скоро пригласил его в дом и предложил жить с нашей семьей. Я родился уже в его присутствии в доме. Когда я рос, то никогда не задавал вопросы о его месте в нашей семье. Мама учила меня верить в мир Божий, отец учил меня слушать Бога, но нашим рассказчиком был незнакомец: он мог придумать самую удивительную сказку, изобиловавшую приключениями, волшебством и юмором. Он мог занять всю нашу семью вечером на несколько часов. Он был нашим общим другом. Он отвел нас с отцом на наш первый баскетбольный матч. Он всегда воодушевлял нас на просмотр фильмов и даже познакомил нас с некоторыми звездами кино. Его влияние на нашу семью возрастало. Отец не возражал, но когда остальные члены семьи слушали его истории о далеких странах, мать иногда тихо вставала и уходила в свою комнату, читала Библию или молилась. Иногда я думаю, - не молилась ли она о том, чтобы незнакомец ушел? Вы понимаете, отец пытался заставить всех соблюдать определенные правила, но незнакомец не чувствовал необходимости им следовать. Например, в доме никогда не произносись ругательства, – ни нами, детьми, ни взрослыми, однако наш долгий гость использовал словечки, которые заставляли отца ерзать. Но незнакомец не был наказан. Отец не допускал алкоголя в доме – даже для приготовления еды; но незнакомец довольно часто предлагал нам пиво и другие алкогольные напитки. Он рассказывал, какими ароматными могут быть сигареты. Он свободно говорил о сексе, и его комментарии могли быть грубыми, возбуждающими, повергали в смущение. Теперь я знаю, что мои первые представления об отношениях мужчины и женщины сформировались именно под влиянием незнакомца. Когда я оборачиваюсь назад, то понимаю, что только по милости Бога влияние незнакомца не зашло еще дальше. Он постоянно противоречил ценностям родителей, но его редко укоряли и ему не предлагали уйти. Более 30 лет пошло с тех пор, как незнакомец начал с нами жить, но если вы зайдете в дом моих родителей, то и сейчас увидите его сидящим в углу, ожидающим, что кого-то заинтересуют его рассказы и картины. Его имя? Его зовут Телевизор».



(Неизвестный автор)

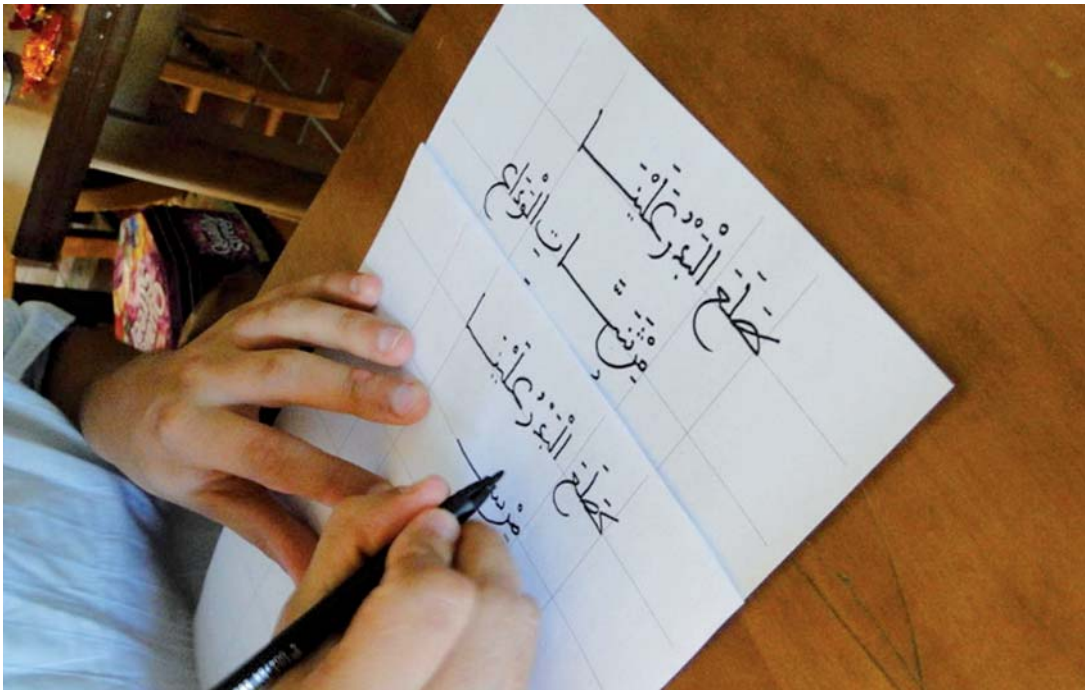
Семейные альтернативы просмотру телевизора

Большинство родителей разрешают детям смотреть телевизор из-за отсутствия других подходящих занятий для заполнения досуга. Взрослые сильно устают, и «занятость» детей телевизором позволяет им расслабиться. Наверно, самый большой вред, который телевизор наносит семье – опошляет ее, лишая общения. Рассмотрите альтернативы просмотру ТВ.

Как вы ведете себя с вором, который украл ваши деньги? А как насчет вора, который крадет ваше время и жизнь вашей семьи? Телевидение наносит куда больше вреда, чем кража денег, - оно уносит ваше счастье. Вы можете как-то восполнить денежный запас, но не сможете восполнить время или счастье.

Подходящие занятия можно выбрать в зависимости от возраста ребенка. Есть книги, в которых содержатся 1000 занятий предложенных для выбора семьей. Вот только некоторые из них:

1. Построить замок
2. Организовать «общество чистоты»
3. Взять книги в библиотеке
4. Послушать радио
5. Посетить зоопарк или музей
6. Нарисовать картину
7. Погулять в центре города или в парке
8. Сходить в бассейн
9. Почитать вслух младшим сестре или брату
10. Организовать пикник
11. Покататься на велосипеде
12. Разучить песню или стихотворение
13. Понаблюдать за птицами
14. Прыгать через скакалку.
15. Поработать волонтером при общине, поучаствовать в каком-либо благотворительном проекте
16. устроить палаточный лагерь (даже просто во дворе дома)
17. Написать письмо другу, родственнику, бабушке
18. Посадить цветок, овощи, траву
19. Почитать журнал
20. Поиграть в шахматы
21. Сделать «браслеты дружбы» – себе и другу
22. Отобрать старые вещи для передачи в фонд помощи беженцам
23. Начать писать дневник
24. Посетить книжный магазин
25. Посмотреть семейные фотоальбомы
26. сделать деревянные полки
27. изготовить подарки своими руками
28. придумать и записать сказку
29. сделать коллаж из собранных листьев
30. Посмотреть в бинокль на ночное небо, определить созвездия, рассмотреть луну
31. Испечь печенье для соседей
32. Расспросить старшего члена семьи о его детстве
33. Сварить варенье
34. Сделать йогурт
35. Сходить в боулинг
36. Поиграть в футбол, баскетбол, волейбол, теннис
37. Посетить религиозные службы разных вероисповеданий
38. Устроить бег в мешках
39. Научиться печатать на машинке
40. Научиться пользоваться компьютером
41. Научиться водить
42. Организовать квест – попробовать найти по подсказкам что-то спрятанное
43. Постирать вручную
44. Заняться уборкой жилища
45. Написать рецензию на прочитанную книгу
46. Обсудить бюджет семьи
47. Подготовить праздник
48. Поиграть с домашним питомцем
49. Поработать в саду
50. Запустить воздушного змея
51. Повесить термометр и барометр на крыльцо или дерево
52. Поставить пьесу
53. Кататься на санках, сделать снеговика
54. Пойти в поход
55. Собрать паззлы
56. Поиграть в настольные игры с семьей или друзьями
57. Сделать «муравьиную ферму»
58. Устроить в саду чайную вечеринку
59. Сделать маленькую лодочку и пустить по воде
60. Нарисовать портреты членов семьи
61. Научиться пользоваться компасом и читать карту
62. Выучить метрическую систему
63. Научиться шить
64. Подоить корову
65. Собрать шутки, записать их в книгу и рассказать семье и друзьям
66. Составить список необходимых покупок
67. Научиться произносить основные слова на разных языках (здравствуйте, спасибо, доброе утро, да, нет, счет до десяти, дни недели….)



Более серьезные варианты

Ниже даны более серьезные занятия для детей (адаптировано из Beshir с соавт. 1998)

Занятия в общине

- Займитесь иностранными языками
- Посетите молодежный лагерь: убедитесь, что детям предложено достаточно полезных занятий, особенно для тех, кто приехал на долгий срок. План мероприятий в лагере должен включать развлечения, спорт, игры и обсуждения.
- Записаться в спортивные секции, клубы по интересам.
- Вступить в исполнительскую группу *нашид*. Выбрать песни, которые просты для запоминания детьми, разучить их и выступать на праздниках общины.
- Посещать вечеринки, праздники с ночевкой, которые проходят под присмотром взрослых, дают детям много радости и помогают создать между ними крепкие узы.
- Поиграть под дождем, на солнце или в снегу (соблюдая серы безопасности).

Умар ибн Хаттаб сказал:

«Учите детей плаванию, стрельбе из лука и верховой езде».

- Обучиться самозащите.

- Посещать занятия *tajwīd* (рецитации Корана) и уроки поэзии.

- Выучить правила поведения при пожаре.

- Развить ораторские навыки

- Научиться участию в дебатах.

- Изучить арабскую каллиграфию.

- Научиться оказывать первую медицинскую помощь.

Деятельность на природе

- Изучайте природу

Найдите туристические тропы, где семья может прогуляться, понаблюдать за птицами, насекомыми, змеями, полюбоваться цветами. Можно воспользоваться велосипедами.

- Посмотрите на звезды

Смотреть на звезды – прекрасное занятие. Используйте карту звездного неба. Возьмите одеяло и фрукты, пойдите туда, где очень мало света, - на задний двор, в поле, на вершину холма. Когда станет совсем темно, постарайтесь найти узнаваемые созвездия. Дети могут соединять звезды в ими же придуманные группы.

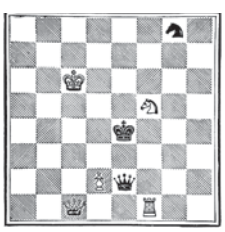
Игры

- Поиграйте с попадающимися надписями на табличках, - например, «соберите» буквы алфавита с придорожных знаков. Их надо расставить в порядке. Нельзя поворачиваться и смотреть на знаки с другой стороны дороги. Первый, кто увидит букву «я» – выигрывает.

– В путешествиях «собирайте» номерные знаки как можно большего количества регионов и стран

– Поиграйте в «Найди, что я вижу». Так можно занять двухлетку на несколько минут. Вы осматриваетесь и говорите, например: «Я вижу что-то красное», давая затем ребенку возможность оглядеться и найти то «красное», которое вы загадали. Можно усложнить: «Мой глазок увидел что-то на букву «А»», и ребенку надо будет это обнаружить.

- Поиграйте в шахматы - это один из самых эффективных способов научить ребенка думать. Шахматы учат терпению и дисциплине ума. Вы можете также понять способ мышления вашего противника, наблюдая за его стратегией. Он нападает или защищается? Он рискует или нет?



Звуки природы

Пусть ребенок сядет, закроет глаза и ведет себя как можно тише, выделив и сосчитав все услышанные звуки – птичье щебетание, жужжание насекомых, кваканье лягушек.

Покажите им природу

Ваши дети уходят из мира лесов, рек и гор к телевизору, компьютеру и видеоиграм. Верните их к природе.

Ешьте вместе с детьми

По данным опросов Национального центра по проблемам наркомании и токсикомании при Колумбийском университете:

- Дети, которые часто едят обед со своей семьей (5-7 раз в неделю), вероятнее сообщают о более высоком качестве отношений со своими родителями. Семейные обеды больше, чем просто совместное питание. Беседы помогают родителям узнать о жизни своих детей, стоящими перед ними задачами, а также деятельности, о том, что дети любят делать (CASA (Ассоциация специальных адвокатов, назначенных судом для защиты несовершеннолетних/ Бесплатная детская юридическая помощь?) 2012).
- Дети, обедающие со своими родителями, менее подвержены риску курения, употребления алкоголя или наркотиков. По сравнению с подростками, которые часто обедают с семьей, те, у кого семейные обеды нечастые (менее 3 раз в неделю), более чем в два раза чаще говорят, что хотели бы попробовать наркотики в будущем (CASA 2010).
- Дети, которые часто обедают с семьей, лучше учатся в школе, имеют меньше стресса у себя дома, и больше доверяют своим родителям (CASA 2003).

Вред от неконтролируемого Интернета

Большинство негативных факторов, выделенных применительно к телевидению, характерны для увлечения компьютером и видеоиграми. Родители часто поощряют чрезмерное использование компьютера; многие взрослые воспринимают компьютер как источник всех благ. Это не так! Родители ждут, что дети будут пользоваться компьютером умеренно и ответственно; реальность, однако, такова, что многие дети за компьютерами лишь убивают время, болтая в чатах, посещая бесполезные сайты и просматривая порнографию.

Как и в случае с телевизором, постоянное сидение за компьютером может привести к апатии, тучности, ущербу

для школьных занятий, сократить возможности живого общения. Дети также не защищены от вредного влияния и обилия рекламы в Интернете.

Компьютеры и Интернет – мощное средство поиска и обработки нужной информации, однако родителям надо следить за использованием компьютера, установить пароли, заблокировать доступ к определенным сайтам и лучше познакомиться с медиа-пространством. Не разрешайте детям проводить массу времени в Интернете и держите компьютер в жилой комнате на виду у всей семьи.

Компьютерные игры

Компьютерные игры также отнимают массу детского времени, особенно у мальчиков. То, что кажется безопасной невинной игрой, может нанести ребенку вред.

Многие компьютерные игры основаны на агрессии, жестокости и способны вызвать серьезную зависимость. В экстремальных случаях игромания приводит даже смертельному исходу (BBC News, 2005). «Военные» игры («стрелялки») обесценивают отношение к человеческой жизни; заметим, что в армии для обучения солдат используются аналогичные компьютерные игры.

Ряд сюжетов игр по мотивам фэнтези основаны на колдовстве, демонологии, оккультизме. К сожалению, с улучшением технологий эти игры становятся все более похожими на реальность. Очень опасно путать реальный мир и фантазию. Детей не надо воодушевлять избегать реальности, но надо учиться встречать ее со всеми сложностями.

Родители должны ограничить время, которое ребенок уделяет компьютерным играм, и контролировать выбор игр.

Видеоигры и дети

Видеоигры были придуманы в 1970-е годы и стали очень популярны среди детей. Жестокость, злоупотребление алкоголем и наркотиками, секс получили в видеоиграх широкое распространение.

Падука (Кентукки), Джонсборо (Арканзас), Литлтон (Колорадо) и Блэксбург (Виргиния) – четыре американских города, столкнувшихся со стрельбой в школах, устроенной учениками, постоянно игравшими в видеоигры. В школе Колумбайн (Gibbs, 1999) подростки Эрик Харрис и Дилан Клиболд убили 13 человек и ранили 23, а потом совершил самоубийство. Они любили играть

Увлечение телевизором и компьютерными играми связывают с агрессивным поведением, низкими показателями в обучении, не по годам развитой сексуальностью, тучностью, употреблением наркотиков и алкоголя. Жестокие игры «тренируют» проявление враждебности и готовность к насилию.
Следствием чрезмерного увлечения жестокими играми являются:
1. повышенная возбудимость;
2. агрессивное поведение;
3. снижение способности к социализации, общению;
4. развитие асоциального поведения, снижение способности эмоционального отклика.

в видеоигру «Дум» (Doom), разработанную для тренировки скорости реакции стрелков. Харрис заказал для себя версию игры для двух игроков с возможностью пополнять арсенал, неограниченной амуницией и жертвами, которые не оказывают сопротивления (Anderson и Dill 2000). Чем больше дети отрабатывают на симуляторах акты жестокости, тем больше у них шансов опробовать их на людях (Clark 1993).

Есть связь между агрессивным поведением детей и их подверженности агрессии в компьютерных играх. Чем больше ребенок увлекается жестокими видеоиграми, тем больше проблем возникает в его отношениях с окружающими.

Видеоигры проповедуют асоциальное и антирелигиозное поведение, изобилуют оскорблениями, убийствами, кражами. Мужчины играют в видеоигры чаще, чем женщины, и неудивительно: сюжет и роли в большинстве компьютерных игр ориентированы именно на мужчин, а женщинам отводится роль жертвы. Сценарий многих игр связан со спасением похищенной женщины (Funk 1993).

Как телевидение отражает гендерные различия

1. В отношениях «мужчина-женщина» мужчинам обычно отводится лидирующая роль;
2. Телевидение представляет мужчин, как правило, рациональными, амбициозными, умными, сильными, успешными, женщины же романтичны, покорны и робки, или же предстают перед зрителями злодейками, манипулирующими жертвами с помощью своей сексуальности;
3. При создании образа героев-мужчин акцент делается на силе, навыках, активности, героинь – на привлекательности и желанности; при этом откровенно проповедуется определенный женский образ – молодость, стройность и приоритет физического совершенства над интеллектуальным развитием.
4. Брачные отношения для большинства телешоу не являются ценностью, и мужчины часто оказываются не способны справиться с ребенком (Seidman 1999; Davis 1990; Beal 1994).

Компьютер против семьи

Подавляющее большинство видеоигр предполагают одиночные действия и не рассчитаны на какую-либо кооперацию; обычный сценарий компьютерных игр – анонимный герой против анонимного врага. Мир видеоигр до недавнего времени редко предусматривал возможность командных действий. Многие игры прославляют криминальную субкультуру, восхваляют брутальность, рекламируют пошлость и пропагандируют насилие и жестокость по отношению к женщинам.

Выводы:

- Дети, менее увлеченные компьютерными играми, лучше учатся и реже проявляют агрессивность.
- Поощряйте образовательные игры и не разрешайте жестокие.
- Воспитывайте в детях моральную устойчивость к влиянию телевидения и видеоигр.
- Ограничивайте время, которое дети проводят за компьютерными играми.

В общем и целом, если сравнить преимущества и недостатки всех этих современных технологических изобретений, таких как Интернет, телевидение, мобильные телефоны и тому подобное, мы находим, что жизнь для молодых поколений чище, красивее и полезнее без них. Они стали необходимым злом. Несмотря на то, что эти изобретения уменьшили расстояние между родственниками в общении и помещают энциклопедию знаний на кончики пальцев молодых людей, многие из них стали жертвами наркомании и неблагополучных семей, а также распространения светских экстремальных идей. Неконтролируемое использование этих гаджетов поработило молодых людей, привязав к экранам. Родителей должны обязательно направлять новое поколение к использованию всех этих инструментов мудро. Нам нужно иметь контроль над ними, а не находиться под их контролем.

Наслаждайтесь общением с детьми и чаще будьте ними. Родительская забота – это самая сложная, но и самая благодарная работа, требующая знаний, творчества и веры. Радуйтесь своим детям каждый день.

Задания

Альтернативы телевидению и компьютерным играм

Задание 71: Образовательные визиты

Познакомьте ребенка с работой различных организаций, руководствуясь принципом: «Скажи мне, и я забуду; покажи мне, и я запомню». Посетите отделение банка, библиотеку, ферму, объясните, какую работу выполняет каждый из сотрудников. При возможности посетите места поклонения других конфессий.

Задание 72: Обучение технологическим процессам

Расспросите ребенка, что он знает об ингредиентах привычных блюд и процессе их приготовления, - супов, пиццы, хлеба, йогуртов, сыра, блинов, меда, попкорна и т.д.

Предоставьте ребенку возможность освоить рецепт приготовления какого-либо блюда и попрактиковаться в его приготовлении.

Объясните детям процесс изготовления мыла, бумаги, туши, тканей, ковров, одежды, обуви, асфальта.

Задание 73: Что вы цените больше всего?

Расспросите членов вашей семьи: «Если бы у вас оставался только один день жизни, что бы вы сделали? Почему?» Обсудите ответы.

Задание 74: Сокровища мудрости - детям!

Соберите семью и попросите ребенка прочесть вслух следующие строки. Объясните, что имеется в виду, и поделитесь примерами из своего опыта. Поощрите детей поделиться своими мнениями.

«Мой сын, остерегайся:
Оскорбить благородного,
Унизить мудрого,
Угождать подлому,
Шутить с глупым,

Объединяться с беспутным».

«О мой любимый сын!

Я вкусил все удовольствия, и нашел самым сладким здоровье.

Я выстрадал все горе и не нашел ничего горше, чем нуждаться в других.

Я носил железо и камни, но не нашел ничего тяжелее долга.

Знай, что у жизни два дня: один – за тебя, другой - против тебя. Когда твой день, не будь заносчивым и неблагодарным, когда не твой – просто будь терпелив». (Али ибн Абу Талиб)

Задача 75: Мудро ли вы ведете себя в семье?

Воспитание детей – задача сложная, но благодарная. Родители вовлечены в формирование характера ребенка, поддержание дисциплины, руководство, направление, советы, обучение, тренировку, наставничество и репетиторство. Они - как сострадательные врачи, чья задача исправить, не нанося вреда. Родители поручают, ободряют, улучшают и подают руку помощи своим детям.

Ответьте на следующие вопросы:

- Мудро ли я выбрал супруга?

Время и усилия, которые затрачиваются на поиск достойного спутника жизни, ничто по сравнению со временем, которое придется проводить в общении с ним.

- Объяснил ли я ребенку миссию семьи?

- Учил ли я правильным ценностям? Дом делают прекрасным не стены и пол, а мораль и ценности.

- Вкладывал ли я лучшее, что мог, в каждого из детей? У каждого из них собственные интересы и пристрастия, мы должны развивать их таланты.

- Лучшим ли образом я использовал семейные ресурсы: время, деньги и материалы?

- Бережно ли я относился к детским чувствам? Я должен поставить себя на их место.

- Поощрял ли я своих детей? Дети не любят, когда их игнорируют, даже если они поступили плохо. Они нуждаются в постоянном общении, включенности во все происходящее вокруг, в том, чтобы их выделяли и вознаграждали.

- Дал ли я детям соответствующее направление и помощь? Родители должны устанавливать дисциплину, обратную связь и правила.

- Подавал ли я хороший пример? То, как вы говорите друг с другом и друг о друге, шутки, которыми вы обмениваетесь, обещания, которые вы выполняете, друзья, которых вы имеете, доверие, которым вы наделяете, – все это важно.

- Выполнял ли я все мои родительские обязанности во имя Создателя, нашего Господа, Который наградил меня этой семьей?

- Составлял ли я план для достижения семейных целей?

Ваш семейный план должен отвечать на следующие вопросы:

Какие нужды надо удовлетворить?
Что должно быть сделано? Как это изменит жизнь моей семьи?
Когда это надо сделать?
Насколько далеко мы от поставленной цели?
Когда и как цель может быть достигнута?
Какие шаги следует предпринять и какие ресурсы задействовать?

Ваши дети и ваш спутник жизни зависят от вас так же, как вы зависите от них. Не подводите их.

Заключение

Заключение

Мы верим, что семья способна и должна воспитывать добродетельных и успешных граждан. Эта задача лучше всего выполнима, если у человека есть счастливый дом и поддержка близких. Родители – первые и лучшие учителя своих детей. Родитель должен действовать как пример, пастух, пастор, педагог, тренер, хранитель дисциплины, ментор и репетитор.

Сейчас ни западный, ни мусульманский мир не могут предложить модель воспитания, однозначно удовлетворяющую этим задачам. Мы должны учиться друг у друга. Запад выработал стиль жизни, который основан на самоудовлетворении; его традиционная мораль и ценности оказались подорваны, общество страдает от употребления наркотиков, алкоголизма, сексуальной распущенности, ослабления семейных связей.

С другой стороны, мусульманский мир не смог преодолеть последствия гнета, коррупцию, атмосферу зажатости. Некоторые мусульмане обладают рабским менталитетом, что душит смелость, творчество и свободомыслие. Мусульманский мир производит одно за другим иррациональные, полные суеверий поколения детей, которые выросли без понимания общественных интересов.

Немусульмане должны вернуть Бога в свою жизнь и соединить свои великие достижения в науке и технологиях с религиозностью, которая признает великую роль Бога и Его всеведение. Мусульманам надо вновь открыть Бога и создать мирные, свободные общества, основанные на терпимости и совещательности (*shūrā)*.

Хорошее воспитание - это зерно, из которого может вырасти все перечисленное. Воспитание детей – занятие, требующее 24 часа в сутки, 7 дней в неделю, 365 дней в году. Это усилие, не имеющее выходных и не терпящее «делегирования полномочий», на которое порой приходится идти под гнетом обстоятельств. Мать и отец должны трудиться в команде, ведомые рациональностью и знанием, дополненными эмоциями и чувствами. Психология, социология, навыки медицинской помощи, общение и вера – необходимые требования к родителям. Мы не можем выиграть «войну против детей», но мы можем привлечь их на свою сторону, - любовью, терпением и открытым общением. Никогда не забывайте, что каждый ребенок требует: «Пожалуйста, заставь меня чувствовать себя важным!»

Многие родители думают, что хорошо знают своих детей, но это - редкость. Дети могут воспринимать помощь взрослых как вмешательство, совет - как указание, а проявления любви - как помеху. У многих детей существуют ложные представления, что родители их не любят.

Уменьшайте негативные влияния и повышайте позитивные качества личностей ваших детей. Родителям надо определить, какой стиль воспитания они проповедуют: тиранический или лояльный, демократический или авторитетный. Родители должны спросить себя: «Действительно ли мы правильно воспитываем своих детей?» Ответ нужно искать в как можно большем количестве источников.

Учитывайте фазы физического и эмоционального развития ребенка. Используйте максимум потенциала ребенка в нужное для этого время, помните об «окне возможностей» для каждого необходимого навыка.

Сверстники оказывают на детей огромное влияние. Родители должны создавать дома гостеприимную атмосферу для друзей своих детей.

«Если бы я снова имел возможность заново воспитать своего ребенка, сначала бы я заложил его самооценку. Я бы использовал пальцы для рисования, а не для указывания. Я бы меньше исправлял и больше общался. Я бы смотрел не на часы, а на ребенка. Я бы больше гулял с ним и запускал воздушных змеев. Я бы перестал играть в серьезность и серьезно относился к играм. Я бы пробежал по большему количеству полей и больше смотрел на звезды. Я бы больше обнимал и меньше тащил» (Loomans 2000).

Станьте другом не только для своего ребенка, но и для его друзей и для родителей его друзей.

Родителям надо развивать собственные навыки, совершенствовать свое образование, осваивать новые приемы, чтобы правильно воспитывать детей.

Закладка основных черт характера ребенка ограничена определенным возрастом. Кормление грудью предотвращает многие болезни и дает малышам психологический и эмоциональный «капитал». Учите детей любви, смелости, творчеству, честности, свободе, уверенности в себе, щедрости и вере.

Родители должны научить каждого ребенка распоряжаться временем. деньгами, обучить этикету выражения несогласия, принятию решений, искусству переговоров, решению проблем, вежливости, уважению, терпению, смирению, искусству слушать, скромности.

Дети, чьи родители слишком заняты, чтобы ими заниматься, похожи на сирот. Большинство родителей не проводят с детьми достаточно времени и обращаются к другим средствам, чтобы это компенсировать, - телевизору, услугам няни, подаркам. Лучше уделите время своей семье. Члены большой семьи - бабушки, тети, дяди, двоюродные братья и сестры, – лучшие няни, тренеры и примеры для подражания.

Закладывайте в детей такие черты характера, как открытость любви, храбрость, честность, способность к творчеству, ответственность и независимость. Все это должно быть сделано в счастливом домашнем окружении, - «инкубаторе для добродетельных взрослых». Счастливый дом основан на постоянном взаимном общении между родителями и детьми. Честная похвала - это базовый принцип поощрения хорошего поведения. Ежемесячные семейные встречи – прекрасная благоприятная практика для установления семейной гармонии. Прикосновения, поцелуи, объятья и улыбки выстраивают любовь между родителями и детьми. Родители должны совершенствоваться в искусстве слушать детей.

Дети – хорошие наблюдатели, но плохие интерпретаторы. Они видят и замечают, как отец и мать общаются друг с другом, с их бабушками и дедушками, братьями и сестрами, гостями, богатыми и бедными, нянями и соседями. Они смотрят, как взрослые обращаются с домашними питомцами и дикими животными, растениями и окружающей средой. Они сравнивают слова родителей и их дела и отмечают правду так же, как и обман. «Делай, как я сказал, а не как я делаю», – неприемлемый принцип. Родители должны практиковать то, что проповедуют, и если допускают ошибки, то меньшее, что они могут сделать, – честно признаться детям в своих недостатках.

Детям нужны примеры для подражания. Если родители не предоставляют

им хорошие образцы для подражания, дети могут выбрать неправильные.

Мать играет ключевую роль в воспитании ребенка. Чтобы почтить женщину, мужчины должны демонстрировать уважение к ней словами и действиями.

Один родитель заметил: «Я слишком ничтожен, чтобы изменить ситуацию». Это неправильно. Родительские обязанности слишком важны, чтобы выполнять их в изоляции, и не стесняйтесь создавать «группы поддержки». Вы не можете изменить своих предков, но вы наверняка можете повлиять на потомков. Как родители вы имеете огромное влияние на этот мир, поэтому не теряйте надежду. Никогда не поздно!

В конце жизни задайте себе вопрос: «Был ли я хорошим родителем, который старался улучшить мир?»

Делайте лучшее, на что способны. Верьте в Бога! В конце концов будет иметь значение не то, какие машины, дома и банковские вклады вы имели, а то, какими родителями вы были!

Приложение 1

Выборочные аяты Корана и хадисы Пророка Мухаммеда о воспитании детей

Они говорят: «Господь наш! Даруй нам отраду глаз в наших супругах и потомках и сделай нас образцом для богобоязненных» (25:74)

Мы воссоединим верующих с их потомками, которые последовали за ними в вере, и нисколько не умалим их деяний. Каждый человек является заложником того, что он приобрел (52:21).

Ни ваше богатство, ни ваши дети не приближают вас к Нам, если только вы не уверовали и не поступаете праведно. Для таких людей будет приумножено воздаяние за то, что они совершили, и они будут пребывать в горницах, находясь в безопасности (34:37).

Аллах – Тот, Кто создает вас из слабости (создает вас из капли или создает вас слабыми). После слабости Он наделяет вас силой, а потом заменяет ее слабостью и сединой. Он творит, что пожелает, ибо Он – Знающий, Всемогущий (30:54).

Аллах вывел вас из чрева ваших матерей, когда вы ничего не знали. Он наделил вас слухом, зрением и сердцами, – быть может, вы будете благодарны (16:78).

О те, которые уверовали! Воистину, среди ваших жен и ваших детей есть враги вам. Остерегайтесь их. Если же вы будете снисходительны, проявите великодушие и простите их, то ведь Аллах – Прощающий, Милосердный (64:14).

О те, которые уверовали! Пусть ваше имущество и ваши дети не отвлекают вас от поминания Аллаха. А те, которые поступают таким образом, окажутся потерпевшими убыток (63:9).

Скажи: «Воистину, потерпят убыток те, которые потеряют себя и свои семьи в День воскресения. Воистину, это и есть явный убыток! (39:15)

Вот Лукман сказал своему сыну, наставляя его: «О сын мой! Не приобщай к Аллаху сотоварищей, ибо многобожие является великой несправедливостью».

Мы заповедали человеку делать добро его родителям. Его мать носила его, испытывая изнеможение за изнеможением, и отняла его от груди в два года. Благодари Меня и своих родителей, ибо ко Мне предстоит прибытие.

А если они будут сражаться с тобой, чтобы ты приобщил ко Мне сотоварищей, о которых у тебя нет знаний, то не повинуйся им, но сопровождай их в этом мире по-доброму и следуй путем тех, кто обратился ко Мне. Потом вам предстоит вернуться ко Мне, и Я поведаю вам о том, что вы совершили.
О сын мой! Если нечто весом с горчичное зернышко будет внутри скалы, или на небесах, или в земле, то Аллах принесет его. Воистину, Аллах – Проницательный (или Добрый), Ведающий.
О сын мой! Совершай намаз, повелевай совершать одобряемое, запрещай предосудительное и терпеливо сноси все, что постигает тебя. Воистину, в этих делах надлежит проявлять решимость.
Не отворачивай своего лица от людей из высокомерия и не шествуй по земле кичливо. Воистину, Аллах не любит всяких гордецов и бахвалов.
Ступай размеренной поступью и понижай свой голос, ибо самый неприятный голос – это рев осла (31:13-19).

Богатство и сыновья – украшение мирской жизни, однако нетленные благодеяния лучше по вознаграждению перед твоим Господом, и на них лучше возлагать надежды (18:46).

Господи! Включи меня и часть моего потомства в число тех, кто совершает намаз. Господь наш! Прими мою мольбу (14:40).

Господь наш! Прости меня, моих родителей и верующих в тот день, когда будет представлен счет (14:41).

Что же касается стены, то она принадлежит двум осиротевшим мальчикам из города. Под ней находится их клад. Их отец был праведником, и твой Господь пожелал, чтобы они достигли зрелого возраста и извлекли свой клад по милости твоего Господа. Я не поступал по своему усмотрению. Вот толкование того, к чему ты не смог отнестись с терпением (18:82)

«Вы увидите, что люди подобны рудникам, и [являющиеся] лучшими из них во времена джахилийи [остались] лучшими и в Исламе, если стали сведущими в религии»
(Аль-Бухари и Муслим)

«Наиболее желанное после совершения ритуалов действие – принести мусульманам счастье»
(Аль-Бухари)

«Для отца воспитание сына более значимо и ценно, чем ежедневная выплата весомой милостыни»
(аль Тирмизи)

«Когда человек умирает, (все) его дела прекращаются, за исключением трех: непрерывной милостыни, знания, которым могут пользоваться (другие люди), и праведного ребенка, который станет обращаться к Аллаху с мольбами за него»
(Муслим)

«У твоей жены есть права на тебя, и у твоего тела есть права на тебя, и у твоего Создателя есть права на тебя, поэтому воздай каждому то, на что он имеет право»
(Аль Бухари)

«Для человека большой грех игнорировать свои обязанности и отказывать в пропитании зависящим от него»
(Абу Давуд)

«Каждый из вас пастух и в ответе за свою паству. Имам отвечает за последователей, а муж в ответе за своих домочадцев, женщина в ответе за домашний очаг, а раб – за имущество господина»
(Аль-Бухари)

Когда Ибн Аббас был ребенком, Пророк сказал ему:

«О мальчик, я научу тебя нескольким словам: храни память об Аллахе, и Он будет хранить тебя, храни память об Аллахе, и ты найдешь Его. Если захочешь попросить о чем-то, проси Аллаха, если захочешь обратиться за помощью, обращайся к Аллаху, и знай, что если весь народ соберется вместе, чтобы сделать для тебя что-нибудь полезное, они принесут тебе пользу лишь в том, что было предопределено тебе Аллахом, и если соберутся они вместе, чтобы нанести тебе вред, они повредят тебе лишь в том, что было предопределено для тебя Аллахом»
(Аль-Тирмизи и Ахмад ибн Ханбаль)

Приложение 2

Список практических заданий

Список практических заданий

Задание 1: Вы когда-нибудь задумывались, почему?
Задание 2. Ваш стиль воспитания
Задание 3. Список обычных детских «непослушаний»
Задание 4. Раздумья над стихотворением
Задание 5: Сегодняшние родители против вчерашних
Задание 6. Родители могут изменить ситуацию!
Задание 7. Чего дети ожидают от своих родителей?
Задание 8: Три основные тревоги XXI века
Задание 9: Черты детей
Задание 10: Обсуждение причин насилия среди детей
Задание 11: Справляемся с социальными проблемами
Задание 12: Доктор Спок и его воспитательная модель
Задание 13: Обсуждение культурного шока
Задание 14: Сознание настоящих лидеров
Задание 15: Делитесь семейной историей
Задание 16: Дискуссия о домашней обстановке
Задание 17. Родители, учите детей!
Задание 18: Ошибочные пословицы
Задание 19: Взгляд на мир, основанный на настоящей дружбе
Задание 20. Регулярное обсуждение вопросов внутри семьи
Задание 21: Прогресс Японии и Германии и отсталость мусульманских стран
Задание 22: Установление связей между детьми и Создателем
– как можно раньше!
Задание 23: Учимся быть благодарными
Задание 24: Подведем итоги
Задание 25: Семь идей для обучения детей
Задание 26: Обсуждаем важные концепции
Задание 27: Трудный личный опыт
Задание 28.Обсуждение мыслей о воспитании
Задание 29: Вопросы и ответы для родителей и детей
Задание 30: Действия для решения проблемы
Задание 31: Совет родителям
Задание 32: Плановые медосмотры
Задание 33: Фитнес-план семьи
Задание 34: Используйте осмысленные фразы-приветствия
Задание 35: Привычки, касающиеся сна
Задание 36: Создание атмосферы в доме

Задание 37: Превентивная дискуссия о наркозависимости
Задание 38: «Ролевая игра» в полицейского
Задание 39: Это меня беспокоит…
Задание 40: Определите «книгу месяца»
Задание 41: Родительское обсуждение
Задание 42: Благодарю тебя, Боже, за то, что я есть!
Задание 43: Насыщайте мозг детей!
Задание 44: Карта хороших дел для детей
Задание 45: Запоминание обращений к Аллаху
Задание 46: Делитесь опытом страха
Задание 47: 9 способов вырастить труса
Задание 48: Смелость и вера
Задание 49. Храбрость. Тест для подростков
Задание 50: Боритесь с детской боязнью войн и катастроф
Задание 51: Как сказать «нет» и все же остаться другом
Задание 52: Храбрость это…
Задание 53: Ежедневный ритуал любви
Задание 54: Делиться опытом
Задание 55: Один из самых пагубных грехов,
от которых вы хотели бы уберечь детей
Задание 56: Бог видит все
Задание 57: Урок о несчастных случаях и ответственности
Задание 58: «Коэффициент доминирования» родителей
Задание 59: Объясните детям ценности вашей семьи
Задание 60: Вы поддерживающий или назойливый родитель?
Задание 61: Семейные упражнения для развития творчества
Задание 62: Характеры, с которыми надо считаться
Задание 63: Объяснять «хитрые» вопросы
Задание 64: Творческое решение
Задание 65. Тест на надежность
Задание 66: Удовлетворение
Задание 67: Активное участие
Задание 68: Примеры для подражания
Задание 69: Плохое влияние на вашего ребенка
Задание 70. Если бы я мог, я бы вел себя по-другому!
Задание 71: Образовательные визиты
Задание 72: Обучение технологическим процессам
Задание 73: Что вы цените больше всего?
Задание 74: Сокровища мудрости - детям!
Задание 75: Мудро ли вы ведете себя в семье?

Библиография

Библиография

На английском

Abd al-Ati, Hammudah. *The Family Structure in Islam*. Indianapolis, IN: American Trust Publications, 1997.

—— *Islam in Focus*, 3rd rev. edn. Beltsville, MD: Amana Publications, 1998.

Abdul Hye, Hamid. "Islam on the Rearing of Children." *The Muslim World Journal*, vol. 18 (issues 11 & 12) India, May/June 1991.

Abdullah, Nina. "Qur'an Memorization and Memory." Unpublished paper. Reston, Virginia, 1994.

Abel, Gene and Nora Harlow. *The Stop Child Molestation Book*. La Vergne, Tennessee: Ingram Content Group, 2001.

AbuSulayman, AbdulHamid. "Islam and the Family." Unpublished paper presented at the Conference on 'Youth'. Brunei, April 4, 1984.

—— "Islamic Educational Reform: Top Priority in Intellectual Islamic Work." Editorial. *The American Journal of Islamic Social Sciences (AJISS),* vol. 15, issue 1, USA, Spring 1998.

—— *Islamization of Knowledge: General Principles and Work Plan*. Herndon, VA: IIIT, 1995.

Abu-Talib, Ali. *Nahjul Balagha* (Peak of Eloquence). Elmhurst, New York: Tahrike Tarsile Qur'an, 1996.

Adler, Jerry. "Building a Better Dad." *Newsweek,* June 17, 1996.

Agnivesh, Swami et al. "Missing: 50 Million Indian Girls". *International Herald Tribune*, November 25, 2005.

Ahmad, Imad-ad-Dean. *Islam and the Discovery of Freedom*. Beltsville, MD: Amana Publications; 1st edn., 1997.

Aids Education Global Information System (AEGIS), (website article dated August 31, 2001): http://www.aegis.com/news/afp/2001/afo10886.html

Akhtar, et al. "Views on Breastfeeding in Medical Science and Islam." *Journal of Islamic Medical Association (JIMA)*, vol. 30, 1998.

Alcohol Concern. Factsheet: Young People and Alcohol. September 2009. http://www.alcoholconcern.org.uk/publications/factsheets-and-booklets/factsheet-young-people

'Ali, 'Abdullah Yusuf. *Translation of The Meaning of the Holy Qur'an*. Beltsville, MD: Amana Publications, 2004.

Allain, Annelies. *Protecting Infant Health*. Penang, Malaysia: International Baby Food Action Network, 1993.

Altalib, Ilham. The Muslim Family in North America. Ten Unpublished Articles. Reston, Virginia: 1984.

—— The Human Heart in the Qur'an, Seminar at ADAMS Center, Herndon, Virginia, September 2008.

Amabile, T.M. & B.A. Hennessey. "The Motivation For Creativity in Children" in T. Pittman & A. Boggiano (Eds.) *Achievement And Motivation: A Social Developmental Perspective*. New York: Cambridge University Press, 1992.

Athar, Shahid. "Sex Education for Muslim Youth and Their Parents." *Journal of Islamic Medical Association* (*JIMA)*, vol. 22, USA, 1990.

—— *Reflections of an American Muslim*. Chicago, IL: Kazi Publications, 1994.

—— (ed.) *Sex Education: An Islamic Perspective.* http://www.teachislam.com/dmdocuments/33/BOOK/

Atkins, Andrea. "The Gender Divide." *Parenting Magazine,* August 1998.

Badaraco, Joseph. *Leading Quietly*. Harvard Business Review Press, 2002.

Badi, Jamal and Mustapha Tajudin. *Creative Thinking: An Islamic Perspective*. 2nd edn. International Islamic University Malaysia: Kuala Lumpur, Malaysia, 2005.

Bailey, Joseph. *The Serenity Principle*. San Francisco, CA: Harper & Row, 1990.

al-Bar, Mohammad Ali, and Osama Kandil. "Breastfeeding and Islamic Teaching." *Islamic World Medical Journal,* July/August 1986.

Barazangi, Nimat Hafez. "The Education of North American Muslim Parents and Children: Conceptual Change as a Contribution to the Islamization of Education." *AJISS*. 7(3), 1990.

Baron-Cohen, Simon. "The Extreme Male Brain Theory of Autism." *Trends in Cognitive Sciences*, vol. 6, issue 6, June 2002.

Barzinji, Jamal. "The Prophet as a Father." Lecture at ADAMS Center, Herndon, VA, April, 11, 1993.

Bashir, Askia H. *How to Manage Your Parents (Without Manipulation)*. Atlanta, GA: KYD Publishers, 1995.

Baumrind, Diana et al. Parenting for Character: Five Experts, Five Cases. Portland, Oregon: Center for Spiritual and Ethical Education, 2008.

BBC News. "Breast Milk 'Boosts Babies' Brainpower." 8 May 2002. http://news.bbc.co.uk/1/hi/health/1974976.stm

BBC News. "South Korean Dies after Games Session." 10 August 2005. http://news.bbc.co.uk/1/hi/technology/4137782.stm

Beal, C. *Boys And Girls: The Development of Gender Roles*. New York: McGraw-Hill, Inc., 1994.

Begley, Sharon. "Child's Brain: Use It or Lose It." *Newsweek,* June 17, 1996.

——"The Parent Trap." *Newsweek,* September 7, 1997.

——"A Mother's Cocaine Use: They Call Them Snowbabies." *Newsweek*, September 29, 1998.

——"Tuning Up the Brain." *Newsweek,* Fall/Winter 2000.

——and Pat Wingert. "Teach Your Parents Well." *Newsweek*, April 28, 1997.

——"Your Child's Brain", *Newsweek*, vol. 127, no. 8, p.54, February 19, 1996.

Bennett, William. *The Book of Virtues*. New York: Simon & Schuster, 1996.

Beshir, Ekram and Mohamed Rida. *Meeting the Challenge of Parenting in the West: An Islamic Perspective*. Beltsville, MD: Amana Publications, 1998.

Biller, Henry. "The Father Factor in Building a Better Dad." *Newsweek*, June 17, 1996.

—— *Fathers and Families: Paternal Factors in Child Development*. Westport, Connecticut: Auburn House, 1993.

Blum, Deborah. *Sex on the Brain: The Biological Differences Between Men and Women*. New York: Penguin Books, 1998.

Bohmer, Carol and Andrea Parrot. *Sexual Assault on Campus: The Problem and the Solution*. New York: Lexington Books, 1993.

Boorstein, Sylvia. *It's Easier Than You Think*. San Francisco, CA: HarperCollins, 1996.

Booth, Caroline and Mindy Henderson. *I Love My Grandmother Because….* Nashville, TN: Rutledge Hill Press, 1998.

Boydston, Jo Ann (editor). *The Collected Works of John Dewey*. Carbondale and Edwardsville: Southern Illinois University Press, 1969-1991.

Bradley, Raymond et al. *Facilitating Emotional Self-Regulation in Preschool Children*. Boulder Creek, California: Institute of HeartMath, 2009.

Branden, Nathaniel, *The Psychology of Self-Esteem: A Revolutionary Approach to Self-Understanding that Launched a New Era in Modern Psychology*. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 2001

Brawer, Barney. "Raising Sons in a World of Changing Gender Roles." *Women in Higher Education,* November 1998.

Brazelton, Leach; Lemonick, Michael. "War of the Diapers." *Time*, January 25, 1999, vol. 153, no. 3.

Brizendine, Louann. *The Female Brain*. New York: Morgan Road Books, 2006.

Brooks, Arthur. *Gross National Happiness*. New York: Basic Books, 2008.

Brown, H. Jackson, Jr. *Life's Little Treasure Book On Success*. Nashville, TN: Rutledge Hill Press, 1994.

—— *Life's Little Treasure Book On Marriage and the Family*. Nashville, TN: Rutledge Hill Press, 1995.

—— *Life's Little Treasure Book On Friendship*. Nashville, TN: Rutledge Hill Press, 1996.
—— *Life's Little Treasure Book On Parenting*. Nashville, TN: Rutledge Hill Press, 1995.
Burgess. *Fathers and Parenting Interventions*. London: Fatherhood Institute, 2009.
Burt, Sandra and Linda Perlis. *Parents as Mentors: A New Perspective on Parenting that Can Change Your Child's Life*. Rocklin, CA: Prima Publishing, 1999.
Campo, Juan. *Encyclopedia of Islam*. New York: Infobase Publishing, 2009.
Canadian Child Care Federation. "Children and Creativity." Resource Sheet no. 15, http://www.cccffcsge.ca/docs/cccf/rs015_en.htm
Cancer Research UK. http://info.cancerresearchuk.org/cancerstats/types/cervix/riskfactors/
Canfield, Jack and Mark Victor Hansen. *Another Sip of Chicken Soup for the Soul*. Kansas City, MO: Andrews McMeel Publishing, 1997.
—— *Chicken Soup for the Father's Soul*. Deerfield Beach, Florida: Health Communications, 2001
Carlson, Richard. *Don't Sweat the Small Stuff – and It's All Small Stuff: Simple Ways to Keep the Little Things from Taking over Your Life*. New York: Hyperion, 1997.
Carmichael, Mary. "A Shot of Hope." *Newsweek*. October 1, 2007.
—— "Stronger, Faster, Smarter." *Newsweek*, March 26, 2007.
Cassidy, Anne. "Take Charge of Your Time." *Working Mother,* May 1998.
Cassidy, Jude and Phillip Shaver. *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications*. New York: Guilford Press, 1999.
Cesarone, Bernard. "Video Games and Children." Urbana, Illinois: ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education, University of Illinois, 1994.
Chandler, Michael Alison and Maria Glod. "More Schools Trying Separation of the Sexes." *Washington Post*, June, 15, 2008.
Clark, C.S. "TV Violence." *CQ Researcher*, (3), March 26, 1993.
Clark, Reginald. *Family Life and School Achievement*. Chicago, IL: University of Chicago Press. 1983.
Clinton, Hillary R. *It Takes a Village To Raise a Child*. New York: Simon & Schuster, 1996.
Coleman, James Samuel. *Adolescent Society: The Social Life of the Teenager and Its Impact on Education*. New York: The Free Press, 1961; Macmillan, 1963.
Coloroso, Barbara. *Kids are Worth it! Giving Your Child the Gift of Inner Discipline*. New York: Harper Collins, 2002.
Covey, Stephen R. "Secrets of Much, Much Better Family Relationships." *Bottom Line,* July 30, 1992.
Davidson, Maurice et al. *Working with Fathers: Methods and Perspectives*. Stillwater, Minnesota: Nu Ink, 1992.
Davis, D. "Portrayals of Women in Prime Time Network Television: Some Demographic Characteristics." *Sex Roles*, vol. 23, pp.325–332, 1990.
Davis, William et al. *An Introduction to Music Therapy*. Silver Spring, Maryland: American Music Therapy Association, 2008.
Dawson, Geraldine. "Imitation and Social Responsiveness in Autustic Children." *Journal of Abnormal Child Psychology*, vol. 12, 1984, pp.209–225.
Dodd, Virginia. "Implications of Kangaroo Care for Growth and Development in Preterm Infants." *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, vol. 34, no. 2, March 2005, pp.218–232.
D'Oyen, Fatima M. *The Miracle of Life*. Leicester, UK: Islamic Foundation, 1996.
The Economist. "Arab Learning: Know Thyself." October 25, 2003.
eHow Website. How to Teach Kids to Say No to Peer Pressure. http://www.ehow.com/how_6108016_teach-kids-say-peer-pressure.html
Elbert, Thomas et al. "Increased Cortical Representation of the Fingers of the Left Hand in String Players." *Science Journal*, vol. 270, no. 5234, pp.305–307, 13 October 1995
Elias, Maurice, Steven Tobias and Brian Friedlander. *Emotionally Intelligent Parenting, How to Raise A Self-Disciplined,*

Responsible, Socially Skilled Child. London: Hodder and Stoughton, 2000.
Eliot, Lise. *Pink Brain, Blue Brain*. New York: Houghton Mifflin Harcourt, 2009.
Elkadi, Iman. "Construction of Muslim Communities: Raising Children." *Al-Ittihad*. Gary, Indiana: The MSA of the US and Canada, spring 1972.
Elkind, David. "The Family in the Postmodern World." *Phi Kappa Phi Journal*. 1995.
Elmore, Tim. *Nurturing the Leader within Your Child: What Every Parent Needs to Know*. Nashville, TN: Thomas Nelson Publishers, 2001.
Epinions. "Teaching our Children to Love." January 2001. http://www.epinions.com/kifm-review-3E0B-2F84CB47-3A52CFB3-prod2
Exley, Helen. *Words of Wisdom*. New York: Exley, 1997.
—— *Words of Calm*. New York: Exley, 1998.
Eyre, Linda and Richard. *3 Steps to a Strong Family*. New York: Simon & Schuster. 1994.
—— *Teaching Your Children Values*. Sound recording: 2 cassettes. New York: Simon & Schuster Audio, 1994.
Faber, Adele and Elaine Mazlish. *How to Talk so Kids Will Listen and Listen so Kids Will Talk*. New York: Avon Books. 1982.
—— *Siblings Without Rivalry*. New York: Avon Books. 1998.
Fannoun, Kathy. *Our Loving Grandparents*. Chicago, Illinois: Iqra, 1994.
Ferguson, Andrew et al. *Time*, May, 24, 1999, vol. 153, no. 20, p.68.
Field, et al. "Infants of Depressed Mothers Show Depressed Behavior Even with Non-depressed Adults." *Child Development* journal, vol. 59, issue 6, December 1988, pp.1569–1579.
Fisher, et al. "Sex on the Brain." *Journal of Sex Research*, vol. 49, issue 1, 2012, pp.69–77.
Fowler, Lynda. "Encouraging Creativity in Children." Department of Family & Consumer Sciences, Ohio State University. http://www.ohioline.osu.edu/flm97/nr04.html
Franklin, Benjamin, *The Autobiography of Benjamin Franklin*. New York: P. F. Collier and Son, 1909.
Freedman, Joshua. Creativity for Emotional Intelligence: Ideas and Activities. http://www.kidsource.com/kidsource/content4/creativity.eq.html
Friedman, Jenny. "Avoiding Gender Stereotypes: Learn How to Overcome the Typical Stereotypes in Raising Your Son or Daughter." 1998. http://www.americanbaby.com/ab/story.jhtml?storyid=/templatedata/hk/story/data/1172.xml
Funk, J.B. "Reevaluating the Impact of Video Games." *Clinical Pediatrics*, vol. 32 (Feb. 2, 1993), pp.86–90.
Geoparent, http://geoparent.com/family/growth/independence.htm
Gibbs, Nancy. "In Sorrow and Disbelief – Special Report: The Littleton Massacre." *Time*, May 3, 1999.
Gilbert, Michael. "Single-sex Schools Help Children Thrive: Bleaching Out Gender Differences Hampers the Education of Both Girls and Boys." September 20, 2007. http://www.csmonitor.com/ 2007/0920/p09s01-coop.html.
Gilmartin, Patricia and Jeffrey Patton. "Comparing the Sexes on Spatial Abilities." *Annals of the Association of American Geographers*, vol. 74, issue 4, 1984.
Ginott, G. Haim. *Between Parent and Teenager*. New York: Avon Books, 1971.
Glod, Marie. "Schools Try Elementary Approach to Teaching Foreign Languages." *Washington Post*, August 8, 2006.
Godfrey, Neale and Carolina Edwards. *Money Doesn't Grow on Trees: A Parent's Guide to Raising Financially Responsible Children*. A Fireside Book. New York: Simon & Schuster, 1994.
Goldscheider, Frances K. and Linda J. Waite. *New Families, No Families? The Transformation of the American Home*. Berkeley, CA: University of California Press, 1991.
Goleman, Daniel. *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Doubleday Dell Publishing Group, 1996.

Gookin, Dan and Sandy. *Parenting for Dummies*, 2nd edn. New York: HarperCollins, 2002.

Gordon, Thomas. *Parent Effectiveness Training: The No-Lose Program for Raising Responsible Children*. New York: Three Rivers Press, 2000.

Gray, John. *Truly Mars and Venus: Men are from Mars, Women are from Venus: A Practical Guide for Improving Communication and Getting What You Want in Your Relationships*. New York: HarperCollins, 2003.

Gur, Ruben and Raquel Gur et al. "Sex Differences in Brain Gray and White Matter in Healthy Young Adults." *The Journal of Neuroscience*, vol. 19, no. 10, pp.4065–4072, 15 May 1999.

Gurian, Anita and Alice Pope. "Do Kids Need Friends?" March 21, 2001. http://www.abouttourkids.org/articles/do_kids_need_friends

Gurian, Michael. *Boys and Girls Learn Differently: A Guide for Teachers and Parents*. San Fransisco, CA: Jossey-Bass, 2001.

Haq, S. Moinul. Trans., Ibn Saad's *Kitab al-Tabaqat* [The Book of Classes]. India: Islamic Book Service, 1967.

Harper, Cynthia C. and Sara S. McLanahan. "Father Absence and Youth Incarceration." J*ournal of Research on Adolescence*, vol. 14, no. 3, pp. 369–397, September 2004.

Harris, Judith. *The Nurture Assumption.* New York: Free Press, 1998.

Harris, Robert. "Introduction to Creative Thinking." *Virtual Salt,* July 1, 1998 http://www.virtualsalt.com/crebook1.htm

Harrison, Harry H., Jr. *Father to Son: Life Lessons on Raising a Boy*. New York: Workman Publishing, 2000.

Hart, Michael H. *The 100: A Ranking of the Most Influential Persons in History*. New York: Hart Publishing, 1978.

Harvey, Eric et al. *The Leadership Secrets of Santa Claus*. Dallas, Texas: The Walk the Talk Company, 2003.

Al-Hashmi, Muhammad. *The Ideal Muslim*. [Arabic] Riyadh, Saudi Arabia: International Islamic Publishing House, 1999.

Al-Hassani, Salim. *1001 Inventions: Muslim Heritage in Our World*. Manchester, UK: Foundation for Science, Technology and Civilisation, 2011.

Head, Christina. *An Educated Decision: One Approach to the Vaccination Problem Using Homeopathy.* London: Lavender Hill Homeopathic Centre, 1999.

Al-Hewar, vol. 13, no. 4, Spring 2002.

Hicks, Felicity. "The Role of Music Therapy in the Care of the Newborn," *Nursing Times* journal, vol. 91, issue 38, pp. 31–33.

Holy Bible: New King James Version. Austin, TX: National Publishing Company, 1982.

Hughes, et al. *The Factbook on Global Sexual Exploitation*. New York: Coalition Against Trafficking in Women, 1999.

Hwedy, Fahmy. "Islam is Greater than Waging a Battle against an Instrument or Art." (In Arabic). *Al-Mujtama*, vol. 933, January 1, 1998.

Hyde, Barbara and Brian Sansoni. "Women Better at Hand Habits, Hands Down." *American Society for Microbiology*, Washington DC. 2005. http://www.eurekalert.org/pub_releases/2005-09/asfm-wba091905.php.

Ibn Khaldun, *al-Muqaddimah*, Beirut: Dār al-Qalam, 1992.

Institute of Medicine. *The Hidden Epidemic. Confronting Sexually Transmitted Diseases*. Washington, DC: National Academy Press, 1997.

Islamic Schools Department. "Homework: Your Child and You." (Pamphlet). Plainfield, IN: Islamic Society of North America, 1994.

Islamic Society of North America. "Greatest Obstacles Confronting Muslim Children Raised in America." *Islamic Horizons*, vol. 11, no. 11, November 1986.

Ja'fari, Suzanne Fatimah. *Muslim Names*. Beltsville, MD: Amana Publications, 1998.

Jaffe, Charles A. "Your Money." *Chicago Tribune,* April 2, 1998.

Jameelah, Maryam. *The Generation Gap: Its Causes and Consequences*. Lahore, Pakistan: Muhammed Yusuf Khan, 1981.

Johnson, Anne. "Exploring Women's Creativity: The No-Push Method for Developing

Creativity." 1999. http://www.womenfolk.com/creativity/kids.htm.

Josephson, Michael S.; Val J. Peter and Tom Dowd. *Parenting to Build Character in Your Teen*. Boys Town, NB: Boys Town Press, 2001.

Kalb, Claudia. "Farewell to Aunt Flo." *Newsweek*, February 3, 2003.

Kane, Frank L. and Bathke, Leigh Anne Nicholson. "Parenting and Child Care." *Newsweek,* September 29, 1997.

Kantrowitz, Barbara and Wingert, Pat. "How Well do You Know Your Kid?" *Newsweek,* May 10, 1999.

Kantrowitz, Barbara and Peg Tyre. "The Fine Art of Letting Go." *Newsweek,* May 22, 2006.

Karp, Miriam. "Make Room for Your Child's Creativity." *Natural Jewish Parenting*, issue 3, http://www.jewishholiday.com/creativity.html.

Kasule, Omar. "Character-Building." Unpublished paper presented at the Third International Seminar on "Medical Curriculum: The Holistic Approach," Kuala Lumpur, Malaysia, February 1999.

Keller, Nuh. *Becoming Muslim*. Jordan: Wakeel Books. 2001.

Kendall, Francis. *Super Parents, Super Kids*. Johannesburg: Delta Books. 1983.

Kessler, Suzanne J. and Wendy McKenna. "Some Children are Gender Nonconformists." http://www.webehave.com/hottopic.htm

Kilpatrick, William. *Why Johnny Can't Tell Right from Wrong and What We Can Do About It*. New York: Simon & Schuster, 1993.

Kindlon, Daniel J. and Michael Thompson. *Raising Cain: Protecting the Emotional Life of Boys*. New York: Ballantine Books, 1999.

Knox, David and Caroline Schacht. *Parenting Choices in Relationships: An Introduction to Marriage and the Family*, 5th edn. Belmont, CA: Wadsworth Publishing, 1997.

Komurcu, Nuran. "Effect of music therapy on anxiety in pregnant women during labor" (in Turkish). *Hemsirelik Forumu*, 1999, vol. 2, pp.89–96.

Kotulak, Ron. cited in: "Unlocking the Mind." *Chicago Tribune*, 1993.

Kuczmarski, Robert J.; Flegal, Katherine M.; Campbell, Stephen M.; and Johnson, Clifford L. "Increasing Prevalence of Overweight Among US Adults." *American Medical Association*, vol. 272, no. 3. 1994.

Kulkarni, Chaya and Lynn Oldershaw. *Helping Children Overcome Their Fears. Comfort, Play and Teach: A Positive Approach to Parenting* (Get Set for Life program). Toronto, Ontario, Canada: 2005.

Lazear, Jonathon and Wendy. *Meditations for Parents Who do too Much.* New York: Simon & Schuster, 1993.

Lebelle, Linda. Focus Adolescent Services. http://www.focusas.com.

Leland, John. "Tightening the Knot." *Newsweek*, February 19, 1996.

Lemonick, Michael D. "Eat Your Heart Out." *Time,* July 19, 1999.

—— "War of the Diapers." *Time,* January 25, 1999, vol. 153, no. 3.

Leonhardt, Mary. "It is Never Too Soon to Foster a Love of Reading in Young Children or Too Late to Help an Older Child Gain a Love of Books." *Bottom Line*, May 5, 1991.

Longfield, Anne and Mike Fitzpatrick. "Should Parenting be Taught?" *The Independent,* December 4, 1999.

Maier, Thomas. "On the Life of Dr. Spock." *Biography Magazine*, April 1998.

—— "Raised by Dr. Spock." *Newsweek* March 30, 1998.

Maqsood, Ruqaiyyah Waris. *Living with Teenagers: A Guide for Muslim Parents*. London: Ta-Ha Publishers, 1995.

Martin, Daniel. "Schoolgirls Aged Just Ten Falling Pregnant As Underage Pregnancies Continue To Rise." *Daily Mail*, 8th February 2010.

Maternal and Child Health (MCH) Early Childhood Development and Parent Education Program. http://www.ok.gov/health/Child_and_Family_Health/Maternal_and_Child_Health_Service/

Matthews, Andrew. *Making Friends*. Singapore: Media Masters, 1990; Princes Risborough, UK: J. Wilson Booksales, 1998.

Mayhew, Mary M. *Your Star Child: Attracting,*

Birthing and Parenting an Evolved Soul. Fairfield, IA: Sunstar Publishing, 1995.

Mazrui, Ali. "North American Muslims: Rising to the Challenge of Dual Identity." *Islamic Horizons,* March–April 1996.

Meiji, Stewart. *Parenting: Part Joy, Part Guerrilla Warfare*. Novata, CA: Portal Publications, 1999.

Minawi, Kawther M. et al. *The Child's Rights in Islam*. Riyadh: Safir Press, 1992.

Mirza, Tanveer Ahmad. "Parenting." Weekly Parenting Workshops at ADAMS Center, Herndon, VA, 1994–1999.

Moir, Anne and David Jessel. *The Real Difference Between Men and Women*. New York: Delta Books, 1991.

Moran, James D. III. Creativity in Young Children, http://www.kidsource.com/kidsource/content2/Creativity_in_kids.html

Morgan, Michael Hamilton. *Lost History: The Enduring Legacy of Muslim Scientists, Thinkers and Artists*. Washington, DC: National Geographic Books, 2007.

Morris, Sophie. "Sex for Sale: The Truth About Prostitution in Britain." *Independent.* 26 November 2008.

Murad, Abdul Hakim. "Ramadan in Istanbul." *Meeting Point,* August 2009.

Murphy, Sam. "Why Barefoot Is Best For Children." *The Guardian* newspaper. August 9, 2010. http://www.guardian.co.uk/lifeandstyle/2010/aug/09/barefoot-best-for-children

Nash, J. Madeleine. "How a Child's Brain Develops." *Time,* February 3, 1997.
——"Fertile Minds." *Time*, February 3, 1997.
——"The Personality Genes." *Time,* April 27, 1998.

National Association for the Education of Young Children. www.naeyc.org

The National Center on Addiction and Substance Abuse, www.casacolumbia.org. Family Day – A Day to Eat Dinner with your Children. www.casafamilyday.org

National PTA Parenting Guide, http://www.lausd.k12.ca.us/Haskell_EL/parent%20information/decision.htm, 1994.

Natural Resources Defense Council. "Benefits of Breastfeeding", 2010. http://www.nrdc.org/breastmilk/benefits.asp

Norris, Jeannette; Nurius, Paula; Graham, Thomas. "When a Date Changes from Fun to Dangerous." *Violence Against Women*, vol. 5, no. 3, pp.230–250, March 1999.

Olasky, Marvin. *The Tragedy of American Compassion*. Regnery Publishing: 1994.

Osman, Fathi. *Concepts of the Qur'an*. Los Angeles, CA: Multimedia Vera International, 1997.

Parke, Ross (ed.). *Review of Child Development Research*, vol. 7. Chicago, Illinois: University of Chicago Press, 1984.
——*Fatherhood*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press, 1996.

Parkes, Peter. "Milk Kinship in Islam." *Social Anthropology*, vol. 13, issue 3, 2005.

Paul, J. P., et al. "Understanding Childhood Sexual Abuse as a Predictor of Sexual Risk-taking Among Men who have Sex with Men." *Child Abuse & Neglect*, vol. 25, issue 4, April 2001, pp.557–584.

Piotrowski, Caroline. "Rules of Everyday Family Life." *International Journal of Behavioral Development*, vol. 21, no. 3, pp.571–598, October 1997.

Porter, Dalia and Gabriel Cervantes. *All About Dad: Insights, Thoughts, and Life Lessons on Fatherhood.* Cincinnati, Ohio: Adams Media Corporation, 2007

Positive Parenting. www.webehave.com

Preschool Education. *Encouraging Creativity in Children*, 1997–2006, http://www.preschooleducation.com/art60.shtml

Pryor, Fred. *How to Manage Conflict, Anger, and Emotion*. Fred Pryor Seminars, 1994, 3-volume video set (6 audio cassettes).

al-Qaradawi, Yusuf. *The Lawful and the Prohibited in Islam*. Trans. Kamal el-Helbawy et al. New Revised Edition by Zaynab Alawiye. London: Al-Birr Foundation, 2003.

Qutb, Sayyid. *In the Shade of the Qur'an*. Trans. and ed. Adil Salahi and Ashur Shamis. Leicester, UK: The Islamic Foundation and Islamonline.net, 2011.

Ramey, C.T. The Abecedarian Project. *Encyclopedia of Human Intelligence*. Ed. R.J. Sternberg. New York: Macmillan, 1994.

Rankin, Jane. *Parenting Experts: Their Advice, the Research and Getting it Right.* Westport, CT: Praeger, 2006.

Ricks, Shirley. "Father-Infant Interactions: A Review of Empirical Research." *Family Relations*, vol. 34, no. 4, October 1985, pp.505–511.

Riera, Michael. "Uncommon Sense with Parents of Teenagers." *Target The Family,* August 1996.

Robins, Joyce. *Naming Your Baby*. London, UK: Chancellor Press, 1996.

Robinson, Holly. "The Working Mother's Guide to Breastfeeding." *Working Mother*, May 1998.

Rosemond, John. "Tender Loving Discipline." *Hemisphere* (United Air Lines), June 1993, p.67.

——"Is Your Family a Healthy One? Family Counselor." *Hemisphere* (United Air Lines), December 1994.

Rycus, Judith; Hughes, Ronald. *Child Development and Child Welfare*. Washington, DC: Child Welfare League of America, 1998.

Samalin, Nancy. "Personal Responsibility: How to Teach Children Responsibility." *Bottom Line,* February 15, 1994.

Samon, Katherine Ann. "55 Ways to Make Your Kid Feel Loved." *Parents' Magazine,* January 1999.

Sample, Steven. *The Contrarian's Guide to Leadership.* San Francisco, CA*:* Jossey-Bass, 2001.

Sax, Leonard. *Why Gender Matters: What Parents and Teachers Need to Know about the Emerging Science of Sex Differences*. New York: Broadway, 2006.

Schachter, Robert and Carole Spearin McCauley. *When Your Child Is Afraid*. New York: Simon & Schuster, 1988.

Schirra, Walter. *Chicken Soup For the Father's Soul*. Deerfield Beach, Florida: Health Communications, 2001.

Scott, Buddy. *Relief for Hurting Parents: What to Do and How to Think*. Nashville, TN: Oliver Nelson Books, 1989.

Sears, William. *Keys to Calming the Fussy Baby*. New York: Barron's, 1991.

Seidman, S. A. "Revisiting Sex Role Stereotyping in MTV videos." *International Journal of Instructional Media*, vol. 26, pp.11–22, 1999.

Shamma, Freda. Literature for Muslim American Students in K-12 Islamic Schools and Homeschoolers. Presented at the Islamic Education Conference, Georgetown University, Washington, DC, April 2006.

Shapiro, Laura. "The Myth of Quality Time." *Newsweek,* May 12, 1997.

Shaw, Eva, *For the Love of Children*. Deerfield Beach, Florida: Health Communications, 1998.

Sherman, Paul; Billing, Jennifer. "Antimicrobial Functions of Spices," *Quarterly Review of Biology*, vol. 73, issue 3, 1998.

Siddiqui, Dilnawaz. *The Muslim Observer*. April 30, 1999.

Silverstein, Shel. *The Giving Tree.* New York: HarperCollins Publishers, 1986.

Sinclair, Ian. *Health: The Only Immunity: The Alternative to Vaccination*. The Informed Parent Publications, 2009.

Smalley, Gary. "Hidden Keys to Loving Relationships." 16 video cassettes, 1995.

Smith, Charles. *Mighty Hearts: 8 Steps to Raising Kids with Courage*. Paper presented at a Workshop held by the Parenting Education Institute, State College, Pennsylvania, June 2004

Smith, David; Gates, Gary. *Gay and Lesbian Families in the United States*. Washington, DC: Human Rights Campaign, 2001.

Spock, Benjamin. *Raising Children in a Difficult Time: A Philosophy of Parental Leadership and High Ideals*. New York: Norton, 1974.

Stanley, Gary, *What My Dog has Taught Me about Life: Meditations for Dog Lovers*. Tulsa, OK: Honor Books, 1999.

Staso, William. "Toddler Brain Development." *Washington Families,* July 1998.

Stein, Rob. "Scientists Finding Out What Losing Sleep Does to a Body." *The Washington Post*, Oct. 9, 2005.

Sutherland, John and Jane Stoever. "Important

Facts about Children and Nutrition." Special Advertising Section, *Newsweek,* September 29, 1997.

—— "Parenting: Child Care." Special Advertising Section, *Newsweek,* September 29, 1997.

Taffel, Ron. *Why Parents Disagree: How Women and Men Parent Differently and How We Can Work Together*. New York: William Morrow, 1994.

—— *Getting Through to Difficult Kids and Parents*. New York: Guilford Press, 2001.

Takim, Liyakatali. Overcoming Dualities: Muslim Youth in North America. Unpublished paper presented at the ISNA Conference, Indianapolis, IN, July 5, 1997.

Time, June 29, 1998. "Giving Birth Online." http://www.time.com/time/community/transcripts/chattr061798.html

Tremblay, George, Allen Israel. "Children's Adjustment to Parental Death." *Clinical Psychology: Science and Practices*, vol. 5, issue 4, 1998.

Turecki, Stanley and Sarah Wernick. "How to Put Your Foot Down without Squashing Your Child." *Family Circle,* March 16, 1994.

Underwood, Anne and Kuchment, Anna. "Fussy Kids, Flustered Mom." *Newsweek*, August 18, 2008, vol. 152, no. 7, pp.60–62.

UNICEF. *The State of the World's Children 2007*. New York: United Nations International Children's Emergency Fund, 2006.

United Nations. *Arab Human Development Report*. New York: United Nations Development Program, 2009.

United Nations. *World Population Prospects*. New York: UN Department of Economic and Social Affairs, 2010.

Unus, Iqbal. "A–Z Guide for Muslim Fathers," pamphlet. Herndon, VA: IIIT, 1994.

U.S. Census Bureau, Current Population Survey, Washington DC: March 2002.

Versi, Ahmed. "Wonder Boy in UK." The *Muslim News*, February, 1998.

Villani, S. "Violence in the Media." *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 38, 1208, 1999.

Weiss, Rick**.** "Study Debunks Theory On Teen Sex, Delinquency." *The Washington Post*. Nov 11, 2007. p.A.3

Willatts, P. et al. "Effect of long-chain polyunsaturated fatty acids in infant formula on problem solving at 10 months of age." *The Lancet*, vol. 352, no. 9129, pp.688–691, August 29, 1998.

Williams, Rowan. "Archbishop Damns Disney." *Daily Mail*, July 23, 2002, http://www.dailymail.co.uk/news/article-129452/Archbishop-damns-Disney.html#ixzzorfbjTvIV

Wimberly, Ed. *A Parent's Guide to Raising Great Kids*. http://www.raisinggreatkids.com/

Wingert, Pat et al. "Building a Better Dad." *Newsweek*, June 17, 1996

Winn, Marie. *The Plug-in Drug*. New York: Penguin, 2002.

Winnicott, D. W. *Babies and Their Mothers.* MA: De Capo Press, 1992.

Wolgemuth, Robert D. *She Calls Me Daddy: Seven Things Every Man Needs to Know about Building a Complete Daughter*. Colorado Springs, CO: Focus on the Family Publishing, 1996.

The Women's Committee of the Muslim Students Association of the United States and Canada, *Parents' Manual: A Guide for Muslim Parents*. Baltimore, MD: American Trust Publications, 1976.

Wood, Joyce. "Quality Time." *Family Circle,* March 16, 1994.

Woolf, Marie. "Children to Learn Pitfalls of Being a Parent." *Daily Telegraph,* December 30, 1999.

Wright, Robert. "The Power of Their Peers." *Time*, vol. 152, no. 8, August 24, 1998.

Wulf, Steve. "What Makes a Good School." *Time,* October 27, 1997.

Yogman, Michael. "Games Fathers and Mothers Play with their Infants." *Infant Mental Health Journal*, vol. 2, pp.241–248, 1981.

Zogby International. December 15, 2006

Zorn, Eric. "Only Way to Teach Values: Help Kids Discover Them." *Chicago Tribune*, April 7, 1998.

المراجع العربية

- محمد علي الصابوني. صفوة التفاسير ، بيروت: دار القرآن الكريم، 1981م.
- محمد علي الصابوني. مختصر تفسير بن كثير ، بيروت: دار القرآن الكريم، 1981م.
- محمد حسن الحمصي. تفسير وبيان مفردات القرآن مع أسباب النزول للسيوطي، دمشق: دار الرشيد ،1984م.

كتب وبحوث عربية

- الجزيري، عبد الرحمن، الفقه على المذاهب الأربعة، دار الكتب العلمية، 2003 م.
- سابق، السيد، فقه السنة، بيروت: دار الكتاب العربي، 1971م.
- أبو الحب، ضياء، الطفل: هذا الكائن العجيب، بغداد: دار الحرية للطباعة، منشورات وزارة الثقافة والإعلام، 1979م.
- أبو سلميان، عبد الحميد، "تأملات في ظاهرية ابن حزم وإعجاز الرسالة المحمدية"، مجلة التجديد (كوالالمبور) س2: ع3، 1998.
- أبو سلميان، عبد الحميد، البعد النفسي في الخطاب الإسلامي المعاصر، بحث قدم في ندوة المعهد العالمي للفكر الإسلامي، الموسم الثقافي، القاهرة، 1999م.
- أبو سلميان، عبد الحميد، أزمة الإرادة والوجدان المسلم: البعد الغائب في مشروع إصلاح الأمة، دمشق: دار الفكر، 2004م.
- أبو سلميان، عبد الحميد، دليل مكتبة الأسرة المسلمة، فيرجينيا: المعهد العالمي للفكر الإسلامي، 1988م.
- أحمد أحمد، حمد، نحو قانون موحد للأسرة في الأقطار الإسلامية، قطر: جامعة قطر، مكتبة الملك فيصل الإسلامية، 1990م.
- البهي، محمد، الفكر الإسلامي والمجتمع المعاصر: مشكلات الأسرة والتكافل، القاهرة: مكتبة وهبة، 1982م.
- أحمد النل، شادية، مراحل النمو الإنساني ومطالبها التربوية، إربد: جامعة اليرموك، قسم التربية، 1986م.
- الجراجرة، عيسى حسن، ريادة الإسلام في تفهم خصوصية عالم الأطفال وفي تقرير وتطبيق حقوقهم الخاصة في الرعاية والتربية، عمان: دار ابن رشد، دار الكرمل، 1988م.
- الجمالي، محمد فاضل ، تربية الإنسان الجديد، دمشق: دار الحكمة، 1995م.
- محمد، السيد محمد الزعبلاوي، تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس، الرياض : مكتبة التوبة ؛ بيروت : مؤسسة الكتب الثقافية، 1996م.
- السيد، فؤاد البهي، الأسس النفسية للنمو من المهد إلى الشيخوخة، القاهرة: دار النهضة العربية، 1975م.

- الضامن، ريما كمال، الأسرة ورعاية الذات الإنسانية للأطفال من 6 إلى 12 سنة، عمان: منشورات دار البشير، 1989م.
- العبادي، نضال محمد أمين، الأحاديث النبوية الواردة في الأطفال، جمع وتصنيف وتحقيق، عمان: كلية أصول الدين، رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، 1990م.
- العظم، يوسف، براعم الإسلام (في الحياة، وفي العقيدة) ج2، عمان: المكتب الإسلامي، 1985م.
- العلواني، طه جابر، أدب الاختلاف في الاسلام، فيرجينيا: المعهد العالمي للفكر الإسلامي، 1997م.
- العيسوي، عبد الرحمن، مقومات الشخصية الإسلامية والعربية وأساليب تنميتها، الإسكندرية: دار الفكر الجامعي، 1986م.
- الغزالي، محمد أبو حامد، إحياء علوم الدين، القاهرة: عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، 2005م.
- الغزالي، محمد، كيف نتعامل مع القرآن، فيرجينيا: المعهد العالمي للفكر الإسلامي، 1992م.
- الندوي، أبو الحسن، نحو التربية الإسلامية الحرة في الحكومات والبلاد الإسلامية، بيروت: مؤسسة الرسالة، 1985م.
- النغيمشي، عبد العزيز محمد، المراهقون، دراسة نفسية إسلامية للآباء والمعلمين والدعاة، الرياض: جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، دار المسلم للنشر والتوزيع، الطبعة الثانية، 1993م.
- الهاشمي، محمد علي، شخصية المسلم كما يصوغها الإسلام في الكتاب والسنة، دار البشائر الإسلامية، بيروت، 1986م.
- بدرانة، سعد الدين أحمد سعد الدين، الأساليب التربوية في غرس القيم العقدية لدى الطفل المسلم، رسالة ماجستير بإشراف د. شادية التل ومروان القيسى، إربد: جامعة اليرموك، 1994م.
- جابر، جابر عبد الحميد، علم النفس التربوي، القاهرة: دار النهضة العربية، 1977م.
- الحامد، محمد، ردود على أباطيل وتمحيصات لحقائق دينية، دمشق: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، 2003م.
- حماد، سهيلة زين العابدين، بناء الأسرة المسلمة، جدة: الدار السعودية للنشر والتوزيع، 1984م.
- حمد، أحمد، الأسرة: التكوين، الحقوق، والواجبات: دراسة مقارنة في الشريعة والقانون، طنطا: دار الكتب الجامعية، 1986م.
- زهران، حامد، علم نفس الطفل، القاهرة: عالم الكتب، 1977م.

- زين العابدين، وجيه، الإسلام والتربية الجنسية، الكويت: مكتبة المنار الإسلامية، 1979م.
- زين العابدين، وجيه، الإسلام والطفل، مكتبة المنار، الكويت، 1980م.
- عفيفي، محمد الصادق، المجتمع الإسلامي وبناء الأسرة، موسوعة المجتمعات والنظم الإسلامية، الكتاب الرابع، مكتبة الأنجلو المصرية، 1981م.
- علوان، عبد الله ناصح، تربية الأولاد في الإسلام، دار السلام للطباعة والنشر والتوزيع، الطبعة الثالثة، جزءان، حلب: سوريا، 1981م.
- فاضل، خليل، الصحة النفسية للأسرة، الدار السعودية للنشر والتوزيع، 1987م.
- الرافع، رفاعة، المرشد الأمين للبنات والبنين، القاهرة: مطبعة المدارس الملكية، 1871م.
- قطب، محمد، منهج التربية الإسلامية، الجزء الأول، القاهرة: دار الشروق، 1989م.
- نافع، إبراهيم، في بيتنا مدمن: كيف نمنع الكارثة؟، القاهرة: مركز الأهرام للترجمة والنشر، 1991م.
- النجار، عبد المجيد، "عقيدة تكريم الإنسان وأثرها التربوي"، القاهرة: المسلم المعاصر، س19، ع74-73، 1995م.
- يالجن، مقداد والقاضي، يوسف، علم النفس التربوي في الإسلام، الرياض: دار المريخ، 1980م.

مجلات عربية

- عبد الله، عبد الستار، "في زواج الأقارب: متهم لم تثبت إدانته"، مجلة الأسرة، 1996م.
- فكار، رشدي، ندوة "الإسلام وتحديات القرن القادم"، القاهرة، 1996م.
الرشودي، فاطمة، "مقتطفات"، أمريكا: مجلة المرأة المسلمة.
- "عشرة أخطاء يرتكبها الآباء مع المراهقين وكيفية تجنبها"، مجلة صحتك اليوم، أكتوبر/ديسمبر 1997م.
- سافران، كلير، "6 أفكار تنجح ولدك في المدرسة"، المختار، مارس 1987م.
- "ذكاء الطفل: فطري أم مكتسب؟"، الكويت: مجلة المجتمع، 23/9/1999م.

Bullying
http://www.bullying.co.uk
http://www.kidpower.org
http://www.stopbullying.gov

Child Intelligence
http://www.raisesmartkid.com
http://www.mensaforkids.org
www.sciencemadesimple.com
www.kidzone.ws/dolch (*This site contains a huge collection of sight words*)

Drugs
http://www.drugfree.org
http://www.talktofrank.com
http://www.teensusingdrugs.org

Homeschooling
http://www.muslimhomeschool.net
http://themuslimhomeschool.tripod.com

Nutrition
http://www.kidsandnutrition.co.uk
http://www.healthychildren.org
http://www.usda.gov

Problem Teens
http://www.teenswithproblems.com
http://www.empoweringparents.com

Single Parents
http://www.lone-parents.org.uk
http://www.gingerbread.org.uk
http://www.thekidsandme.co.uk (*This site lists holidays for single parents to connect with their children*)

Teaching Children Responsibility and Work Ethic
http://www.myjobchart.com
http://www.theartofhomemaking.com/teachchildrenwork.htm
http://www.aish.com/family/mensch/Teaching_Children_Responsibility.asp

Television
http://www.insteadoftv.com
http://www.limitv.org
http://www.whitedot.org

American Academy of Pediatrics
www.aap.org

American Heart Association
www.americanheart.org

BBC
http://www.bbc.co.uk/health

Canadian Living
http://www.canadianliving.com/CanadianLiving/client/en/Family/Search.asp

Child Development Institute
http://childdevelopmentinfo.com

The Dr Spock Website for Parents
http://www.drspock.com

Family Dawn
http://www.familydawn.com

Fatherhood Institute
http://www.fatherhoodinstitute.org

Josephson Institute-Centre for Youth Ethics
http://www.charactercounts.com

Media-Awareness
http://www.media-awareness.ca/english/parents/marketing/marketers_target_kids.cfm

National Prevention Information Network
http://www.cdcnpin.org

National Safety Council
www.nsc.org

The Nemours Foundation
www.kidshealth.org

Pathfinder Parent Center – North Dakota
http://www.pathfinder.minot.com/index2.html

PBS
http://www.pbs.org/wholechild/providers/play.html

Progressive Parenting Solutions
http://www.progressiveparenting.com

SoundVision
soundvision.com/info/parenting

The Teaching Home
http://www.teachinghome.com/supplement/summer00/training.cfm

Wellness: The Wellspring
http://www.thewellspring.com

Отношения между родителями и детьми

Это легко читающееся, всестороннее руководство содержит то, что вам нужно знать, чтобы быть уверенным родителем. Книга полна советов и действенных рекомендаций, содержит большой объем информации о том, как воспитать у детей положительные черты характера, научить их не расстраиваться и не срываться, чтобы в семье царила гармония. Авторы предлагают руководство по развитию знаний, прививанию ценностей и навыков, а также формированию мировоззрения, основанного на вере, приоритете родителей, у детей всех возрастов. Многочисленные стратегии и техники включают: обучение детей решению проблем, принятию решений, и развитию самооценки. Взрастить верующих, успешных детей с моральными принципами, с чувством гражданского долга в современном мире не так просто. Эффективное воспитание – это достойное будущее потомства.

Особенно важно, что эта книга предлагает исламское решение проблемных вопросов в воспитании детей. Я был впечатлен разносторонним освещением наиболее доступных теорий детского развития. Авторами не обойдены вниманием и часто встречающиеся ошибки в восприятии детской психологии.

Д-р Кутайба Чалеби, детский психиатр, бывший глава отдела психиатрии в госпиталя и Исследовательского центра Короля Файсала, патент Американского совета по вопросам психиатрии и неврологии, Саудовская Аравия

Одна из наиболее проницательных и полных книг об успешном воспитании. Работа касается вопросов организации домашней среды, и экспериментального мира детей и включает действенные способы по совершенствованию жизни семей всего земного шара.

Идрис Хамисса, международный консультант по вопросам образования и человеческого развития.

Книга обладает множеством выдающихся достоинств, и я говорю это как автор многих книг о воспитании и семейных проблемах, которые были переведены на многие языки. Она предлагает многочисленные источники и ценные ссылки в помощь родителям, указывает правильное чувство удовлетворения для детей, и подчеркивает, что это должно идти от верности общине и семейным узам, и предлагает прекрасный список действий в конце каждой главы, которые, если будут применяться родителями, гарантируют здоровую и позитивную семейную атмосферу.

Д-р Мухаммед Р. Бешир, член консультативного комитета SIFCA (Шура исламских семейных консультантов Америки), советник Мусульманской ассоциации Канады (MAC) и мусульманского американского общества (MAS), отделений по вопросам Тарбии.

Это хорошее исследование и руководство, которое наталкивает на размышления каждого, кто вовлечен в процесс воспитания, и предлагает методы, как быть успешным родителем в современном мире. Авторы включают в дополнение к теории многие практические советы по воспитанию в легкодоступной форме, которые могут быть применены родителями как в современном, так и в традиционном окружении. Книга содержит немало практической информации о том, как заставить работать теорию, включая всю семью в сложный процесс воспитания.

Фатима Десай, адвокат по правам детей, бакалавр права, магистр (изучение детского развития и детских проблем).

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ИНСТИТУТ ИСЛАМСКОЙ МЫСЛИ